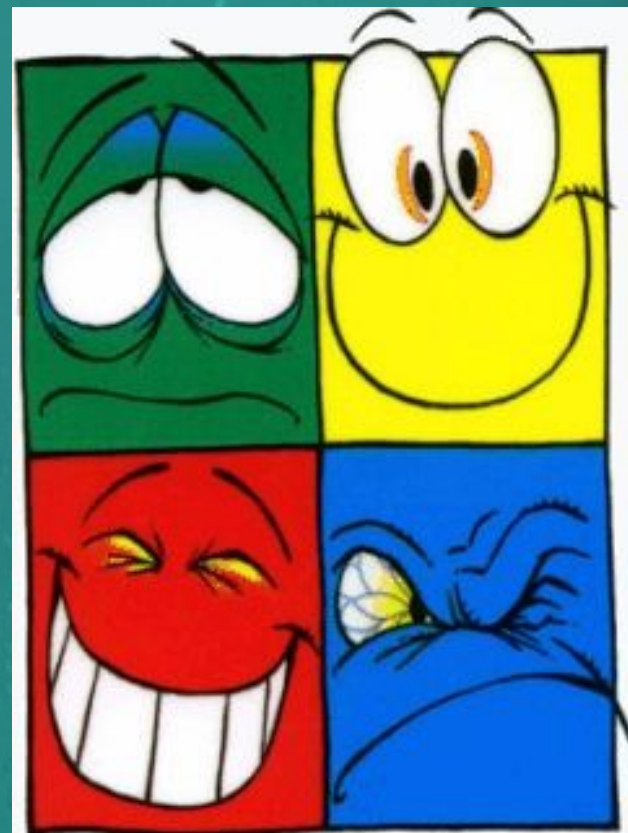


# Общие типы нервной системы человека



# СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

- Словом индивид, или индивидуум (от лат. *individuum* – особь), обозначают отдельного человека любого возраста. Личностью считают человека, достигшего определенного уровня социального развития, способного вписаться в ту или иную группу людей, сделаться ее членом.
- В процессе развития личности можно выделить четыре основных этапа, для каждого из которых характерен определенный ведущий тип деятельности и общения.

# ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

- Первый этап (от рождения до трех лет) можно назвать этапом формирования характера и потребности достижения успехов. Период раннего детства является наиболее важным в развитии личности, и определяющая роль в этом процессе принадлежит семье. Для нормального развития ребенка важное значение имеет эмоциональное общение, в результате которого у ребенка закладываются многие черты характера: доброта, общительность, отзывчивость, внимательность, доверие к людям. В этот период дети усваивают определенные нормы поведения, например необходимость быть аккуратным, уметь сдерживать свою агрессию, быть послушным и т.п. Важнейшим достижением этого периода является овладение ребенком речью, благодаря чему существенно ускоряется процесс его личностного развития. В период от года до трех лет у ребенка формируется самосознание.



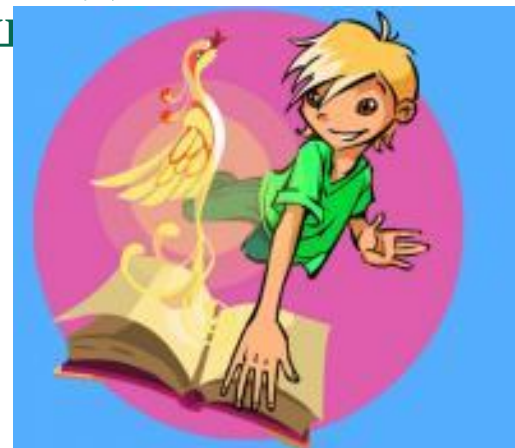
# ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

- **Второй этап (от 3 до 6 лет)** представляет собой период развития самосознания и начало открытого проявления характера. В это время формируется самооценка и уровень притязаний ребенка, складываются личностные качества, проявляемые в общении с людьми. Ребенок усваивает нормы поведения в обществе.



# ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

- Третий этап (от 6–7 до 11–12 лет) – этап скрытого формирования мировоззрения и морали. В этом возрасте ведущей является учебно-познавательная деятельность. С началом учебной деятельности у ребенка меняются социальные ориентации: он становится членом коллектива, у него появляются определенные обязательства перед обществом. В этот период у него идет не только интенсивное формирование интеллектуальных и познавательных возможностей, но и вырабатывается система взглядов на мир (мировоззрение), складываются основные понятия о нравственных и



# ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

- Четвертый этап (от 11–12 до 15–16 лет) – это период открытого проявления мировоззрения и морали. В этот период большую роль в развитии личности играет общение со сверстниками, с друзьями, среди которых ребенок проводит большую часть своего времени. Характерным для подростков является стремление к самопознанию, обусловленное интересом к собственной личности. По сравнению с ребенком, подросток придает гораздо большую ценность собственному «Я». У него происходит формирование сознательного отношения к себе как к члену общества, становление индивидуальной социальной позиции. Главными средствами развития личности становятся самовоспитание и самосовершенствование. Развитие личности протекает нормально, если у подростка с окружающими людьми складываются благоприятные взаимоотношения, действует система взаимной поддержки, доверия, открытости, обнаруживается искреннее стремление бескорыстно помогать другим, способствовать развитию друг друга как личностей.



- К окончанию школы, т.е. к 16–17 годам, личность можно считать уже сформировавшейся. Ранний юношеский возраст – это время относительной стабилизации личности, ее практической подготовки самостоятельной жизни.



# ЭВОЛЮЦИЯ ВЗГЛЯДОВ НА ПОНЯТИЕ «ТЕМПЕРАМЕНТ»

- Повседневная жизнь дает немало примеров тому, как по-разному ведут себя отдельные животные и поступают разные люди в одной и той же ситуации. Несмотря на чрезвычайно разнообразие, эти индивидуальные особенности имеют некоторые общие черты. По общим чертам поведения намечаются общие типы нервной системы, которые определяют разные темпераменты и характеры.



# ЭВОЛЮЦИЯ ВЗГЛЯДОВ НА ПОНЯТИЕ «ТЕМПЕРАМЕНТ»

- Знаменитый врач древности Гиппократ объяснял природу индивидуальных особенностей поведения различием пропорций «жизненных соков» тела: крови, слизи и жёлчи. До наших дней сохранилось понятие «темперамент». Темперамент (от лат. *temperamentum* – надлежащее соотношение, соразмерность) – это черты человека, характеризующие его индивидуальный тип активности, степень выраженности двигательных проявлений и уровень его эмоциональности.
- Гиппократ считал, что когда у человека из всех его соков преобладает пылкая кровь (*sanguis*), то его поведение дает нам черты сангвинического темперамента – энергию, настойчивость, решительность. Если же пылкую кровь охлаждает находящаяся в избытке слизь (*phlegma*), то получается флегматик – хладнокровный и медлительный. Едкая жёлчь (*chole*) способствует образованию раздражительного, вспыльчивого, не знающего меры холерического темперамента. Но когда накапливается много испорченной черной жёлчи (*melan chole*), то такой вялый меланхолик постоянно будет пребывать в унынии.

# ЭВОЛЮЦИЯ ВЗГЛЯДОВ НА ПОНЯТИЕ «ТЕМПЕРАМЕНТ»

- Выявление истинных функций крови, жёлчи и других «жизненных соков» тела привело к появлению других предположений о природе разных темпераментов. Так, в начале XX в. широкое распространение среди врачей получили взгляды на темперамент как следствие определенного анатомического склада тела. Например, утверждали, что полнота располагает к добродушию, а худые люди бывают большей частью жёлчными и злыми. В таких утверждениях явно перепутаны причины и следствия. Действительно, веселые, жизнерадостные люди часто бывают полными, а хмурые, раздражительные – худыми. Но это далеко не правило, более того, нередко бывает наоборот. Поэтому нет оснований считать анатомический склад тела (конституцию) причиной того или иного темперамента. Как правило, черты темперамента и внешний облик человека зависят от условий его жизни.

# ЭВОЛЮЦИЯ ВЗГЛЯДОВ НА ПОНЯТИЕ «ТЕМПЕРАМЕНТ»

- Настоящая природа темперамента была раскрыта И.П. Павловым с помощью учения о ВНД. Многочисленные наблюдения и специальные опыты на лабораторных животных убедительно показали, что разные темпераменты есть не что иное, как проявление индивидуальных различий в свойствах протекания возбуждательных и тормозных процессов в высших отделах мозга.

# ХАРАКТЕР ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ЧЕРТЫ

- Темперамент человека – одна из главных природных предпосылок формирования характера. Характером (от греч. *character* – черта, особенность) называется склад душевной жизни, совокупность устойчивых черт личности, которые проявляются в типичных для человека способах поведения – в манерах, привычках, складе ума, в отношении к происходящим событиям.
- Характер – одна из важнейших характеристик индивидуальности человека, он отражает неповторимое своеобразие его личности. Однако становление характера обусловлено включением человека в систему общественных

# ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА ЧЕЛОВЕКА

Характер человека состоит из ряда черт, которые можно разделить на несколько важнейших групп.

1. Наиболее общие черты – такие, как принципиальность, последовательность, мужество, честность, дисциплинированность, активность и др.
2. Черты, в которых выражается отношение человека к другим людям, – общительность (или замкнутость), откровенность (или скрытность), чуткость, дружелюбие, вежливость и др.
3. Черты, выражающие отношение человека к самому себе, – чувство собственного достоинства, скромность (или самомнение, заносчивость), обидчивость, застенчивость, эгоцентризм (т.е. постоянная сосредоточенность на себе и своих переживаниях), эгоизм и др.
4. Черты, выражающие отношение человека к труду, своему делу, – инициативность, настойчивость, трудолюбие (или лень), стремление к преодолению трудностей (или боязнь трудностей), добросовестность, аккуратность и др.

- Многие черты характера закладываются у человека еще в раннем возрасте и могут проявляться в течение последующей его жизни. В процессе взросления и накопления жизненного опыта у него вырабатываются собственные взгляды, определенные интересы, складываются убеждения, возникают идеалы, формируются моральные принципы. Всё откладывает отпечаток на его характер: человек обретает способность сознательно управлять собственным поведением, не позволяя активно проявляться негативным сторонам своего темперамента.
- Зачастую говорят о силе или слабости характера, подразумевая под этим отношение человека к трудностям, наличие у него целеустремленности и воли.



# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

- Случается так, что на пути к цели человек встречает различные препятствия, и для того, чтобы достичь желаемого, ему требуется приложить определенные усилия, т.е. проявить силу воли.
- Воля – это способность человека сознательно и целенаправленно регулировать свою деятельность.
- Сила воли позволяет нам управлять своим поведением, дает возможность преодолевать внутренние и внешние препятствия на пути к поставленной цели. Развитие волевого управления поведением – необходимое звено в процессах воспитания и самовоспитания личности. Воля участвует в формировании многих качеств личности – таких, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, смелость, решительность, дисциплинированность и др.

# ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ РАЗЛИЧИЯ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Проводя эксперименты на большом числе лабораторных собак, И.П. Павлов обратил внимание на то, что все они «работают» по-разному. Так были выявлены типологические различия высшей нервной деятельности. Перечислим их.
  1. Сила возбуждательных процессов, то есть способность корковых клеток к развитию более или менее сильного условного возбуждения.
  2. Сила тормозных процессов, т.е. способность корковых клеток к развитию более или менее сильного условного торможения.
  3. Подвижность нервных процессов, т.е. способность корковых клеток к быстрому и полному переходу из возбужденного в тормозное состояние и обратно.



- Итак, различия в свойствах условно-рефлекторной деятельности разных животных оказываются результатом индивидуальных вариаций силы возбуждения, силы торможения и их подвижности. Индивидуальные показатели различия протекания процессов ВНД можно оценить по трем показателям: сила, уравновешенность и подвижность. Следовательно, корковые процессы могут быть сильными или слабыми, уравновешенными или неуравновешенными, подвижными или инертными.
- Слово, как отвлеченный раздражитель, вызывает условное возбуждение не одного какого-либо анализатора, а их сложного комплекса с участием многих анализаторов. В отличие от конкретности сигнала в рефлексах первой сигнальной системы слово стало сигналом отвлеченным. Оно действует не своим звуком, а заключенным в нем понятием (если выработать у человека условный рефлекс отдергивания руки на слово «огонь», то можно сказать: «Пламя», и испытуемый отдернет руку).
- В рефлексах второй сигнальной системы понятия, выраженные словами, подкрепляются тем, что человек видит, слышит, делает сам и обсуждает с другими людьми, а не пищевыми, оборонительными и прочими стимулами, как в первой сигнальной системе.
- Сознательная деятельность человека направлена на обеспечение жизненных потребностей каждого человека через пользу людям и всему человечеству, а не только на непосредственное удовлетворение биологических потребностей особи, как в случае с условными рефлексами первой сигнальной системы.

# ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ТИПЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

- Из набора разных свойств нервных процессов – сила или слабость, уравновешенность или неуравновешенность, подвижность или инертность – в природе складывается множество комбинаций. При этом из всех возможных комбинаций наиболее четко вырисовываются четыре. Это и есть главные общие типы нервной системы, подмеченные еще Гиппократом в четырех темпераментах людей.

# ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ТИПЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

1. *Живой тип* характеризуется, по Павлову, хорошей силой, уравновешенностью и подвижностью нервных процессов. Он соответствует *сангвинику* Гиппократов. В характере человека черты живого типа проявляются энергией и настойчивостью в преодолении трудностей (сила), большим самообладанием, умением «держать себя в руках» (уравновешенность) и вместе с тем, в случае необходимости, быстрой перестройкой своих привычек и привязанностей (подвижность). Такие люди очень работоспособны, особенно когда есть интересующее их дело, упорны в достижении цели. Они спокойно принимают перемены в жизни и умеют осваиваться в новой обстановке.



сангвиники

# ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ТИПЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

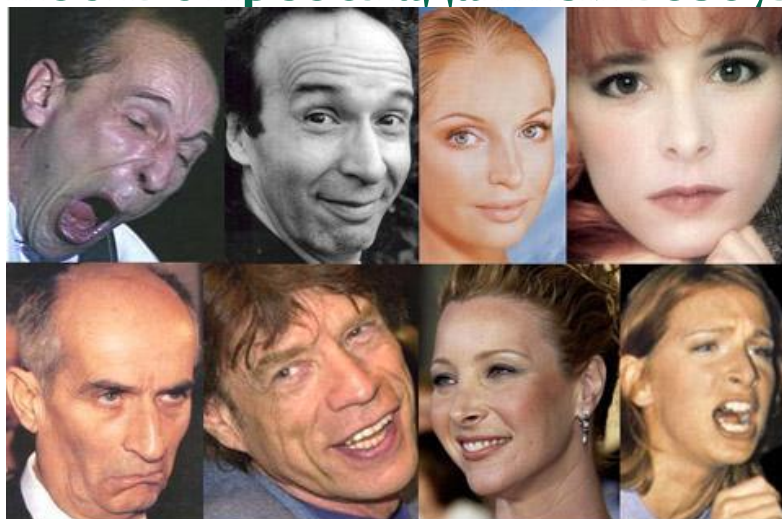
2. *Спокойный тип* отличается хорошей силой и уравновешенностью, но инертностью нервных процессов. Этот тип соответствует *флегматику* Гиппократа. В характере человека черты флегматического темперамента проявляются прежде всего неторопливостью. Наряду с энергией и работоспособностью (сила), самообладанием и хорошим «чувством меры» (уравновешенность) обнаруживается большая сила привычек, некоторая медлительность в принятии решений, особенно при неожиданных событиях (малая подвижность). Такие люди не склонны к поспешности, им чужды суетливость и готовность во всем следовать велениям момента. Флегматик трудно сходится с новыми людьми, но если сойдется, то будет верным другом. Это ровный, спокойный и упорный труженик жизни.



флегматики

# ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ТИПЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

3. *Безудержный тип*, по Павлову, характеризуется силой, но неуравновешенностью с преобладанием возбуждения. Данный тип соответствует холерику Гиппократата. В характерах людей черты безудержного типа дают себя знать в самозабвенных увлечениях, когда человек, например, может сделать огромную работу «запоем» (сила), а потом с таким же азартом ухватиться за другое дело и здесь тоже «не знает меры». Они проявляются и в отношениях с людьми, когда какой-нибудь пустяк может вызвать взрыв гнева, в котором безудержный человек сам потом будет раскаиваться (неуравновешенность с преобладанием возбуждения).



холерики

# ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ТИПЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

4. *Слабый тип* отличает слабость нервных процессов и быстрый переход корковых клеток в состояние запредельного торможения. Слабый тип, по Павлову, соответствует *меланхолику* Гиппократов. Черты меланхолического темперамента проявляются у человека прежде всего в том, что называют «слабость характера», то есть в легком подчинении чужой воле, неспособности настоять на своем. Сильные жизненные раздражители оказываются для таких людей сверхсильными, в чрезвычайных обстоятельствах эти люди впадают в панику, жизнь представляется им состоящей из непреодолимых трудностей, полной тоски и уныния (слабость нервных процессов). Такие люди стремятся оградить себя от жизни с ее волнениями, избегают общества, боятся всякой ответственности.



меланхолики

- Таковы четыре главных, встречающихся в жизни общих для человека и животных типа нервной системы. Однако в столь крайнем выражении, как они сейчас описаны, эти типы встречаются редко. Большею частью в жизни существуют промежуточные формы с преобладанием свойств того или другого типа.



*Флегматик*



*Меланхолик*

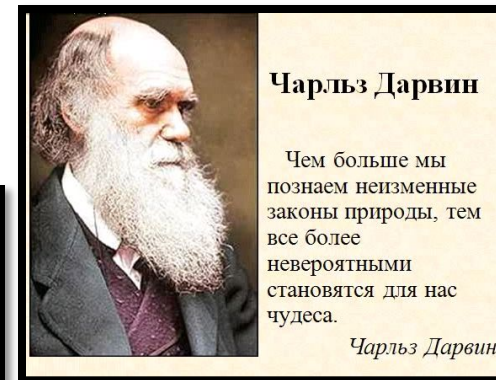


*Холерик*



*Сангвиник*

- Существует довольно распространенное мнение, что при определении типа нервной системы как бы оценивают ее «сорт»: например, сангвиник – обладатель первосортной нервной системы, а меланхолик – представитель последнего сорта.
- Такое мнение является в корне ошибочным. Нет оснований мерить социальную ценность людей по их темпераментам.
- В разных областях деятельности могут оказаться нужными разные характеры.
- Так, меланхолический темперамент имели Ч.Дарвин, Н.В. Гоголь, Ф.Шопен. Холерическим темпераментом обладали А.С. Пушкин, В. И. Ленин, А.В. Суворов. К сангвиникам принадлежали А. И. Герцен, В.А. Моцарт, к флегматикам – М.И. Кутузов, И. А. Крылов.



В. А. Моцарт

И. А. Крылов



Главная причина того, что темперамент не определяет социальной ценности человека, заключается в руководящей роли человеческого сознания. Образуя специальную надстройку ВНД в виде второй сигнальной системы, сознание человека подчиняет себе все поведение. Чувство долга удерживает слабохарактерного от соблазна, воспитание помогает неуравновешенному человеку держать себя в руках, порывы темперамента сдерживаются голосом человеческого разума.