**Сравнительная характеристика типов темперамента**

Типы темперамента и нервной системы по Гиппократу, Галену и И П. Павлову

Тип нервной системы по Н. И Красногорскому

Описание темперамента по Н И. Красногорскому

1. Сильный уравновешенный, по­движный тип — *сангвиник.* Его нерв­ная система отличается большой силой нервных процессов, их равно­весием и значительной подвижно­стью. Поэтому сангвиник — человек быстрый, легко приспосабливаю­щийся к изменчивым условиям жиз­ни. Его характеризует высокая сопро­тивляемость трудностям жизни.

1. Сильный, оптимально возбудимый, уравнове­шенный, быстрый тип. Все отделы головного мозга работают согласо­ванно, в гармоническом взаимодействии — *сан­гвиник.*

1. *Сангвиник.* Положительные условно-рефлекторные связи обра­зуются быстро и являются устойчивыми. Интенсивность реакций соответствует силе раздражителей. Условные тормозные реакции также образуются, быстро, они сильны и устойчивы. Сильные нервные клетки коры и нормально возбудимые подкорковые об­ласти обеспечивают хорошую приспособляемость к требованиям окружающей среды. Деятельность коры характеризуется высокой подвижностью. Это живой темперамент, не вызывающий трудно­стей при воспитании. Речевые реакции образуются быстро и соот­ветствуют возрастным нормам. Речь сангвиника, как правило, громкая, быстрая, выразительная, с правильными интонациями и ударениями, уравновешенная и плавная. Она сопровождается живой жестикуляцией, выразительной мимикой и эмоциональ­ным подъемом.

2. Сильный, уравновешенный, инерт­ный тип — *флегматик.* Его нервная система также характеризуется зна­чительной силой и равновесием нервных процессов наряду с малой подвижностью. Будучи с точки зре­ния подвижности противоположно­стью сангвиника, флегматик реагирует спокойно и медленно, не склонен к перемене своего окружения; подобно сангвинику, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям.2. Сильный, оптимально возбудимый, уравнове­шенный, медленный тип — *флегматик.*

2. *Флегматик* легко приспосабливается к социальной среде. По­ложительные условные рефлексы образуются с нормальной ско­ростью, они сильны и прочны, как и тормозные условные реакции. Адекватное взаимодействие между корой и подкорковой областью обеспечивает контроль коры над прирожденными рефлексами. Быстро выучивается говорить, читать и писать. Его речь несколько медленнее, чем у сангвиника, она спокойна, равномерна, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики

3. Сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения — *холерик.* Его нервная система ха­рактеризуется, помимо большой силы, преобладанием возбуждения над торможением. Отличается боль­шой жизненной энергией, но ему не хватает самообладания; он вспыль­чив и несдержан.

3. Сильный, повышен­но возбудимый, безу­держный, неуравнове­шенный (что связано с преобладанием воз­буждения в подкорко­вых отделах) тип — *холерик.*

3. *Холерик* характеризуется сильными условными реакциями, под­верженными большому влиянию подкорковых областей. Повышен­ная подкорковая деятельность не всегда достаточно регулируется корой. Условные связи образуются медленнее, чем у предыдущих типов, что связано с повышенной возбудимостью подкорковых цен­тров, которые тормозят центры коры. Условные тормозные реакции холерика неустойчивы. Дети такого типа учатся обычно удовлетво­рительно, однако испытывают затруднения в приспособлении своих реакций и эмоций к требованиям школы. Их речь становится в меру быстрой, но неровной и формируется труднее, чем у предыдущих типов.

4. Слабый тип — *меланхолик.* Лю­ди, относящиеся к этому типу, ха­рактеризуются слабостью как про­цесса возбуждения, так и торможе­ния, плохо сопротивляются воз­действию сильных положительных и тормозных стимулов. Поэтому меланхолики часто пассивны, за­торможены. Для них воздействие сильных раздражителей может стать источником различных на­рушений поведения

4. Слабый, понижен­но возбудимый, не­уравновешенный тип, характеризующийся общей пониженной возбудимостью коры и нижележащих от­делов — *меланхолик.*

4. *Меланхолик —* это энергетический тип. Пониженная деятельность коры сочетается со слабой деятельностью подкорковых центров, что особенно выражается в слабых эмоциях. Быстро утомляется и пере­стает реагировать на слишком сильные и продолжительные раздра­жители. Безусловные рефлексы также слабые. Условные реакции образуются медленно после многих сочетаний безусловного и услов­ных раздражителей. Интенсивность условных реакций часто не со­ответствует закону силы. Для меланхолика характерно преоблада­ние внешнего торможения. Речь тихая.