

*Особенности личности и  
свойства нервной системы*

***Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Познавательные способности и типологические особенности***

Многосторонняя роль типологических особенностей свойств нервной системы в общем плане состоит в объяснении того, каким образом физиологические особенности влияют на психологические феномены (деятельность и поведение).

## Связь внимания с типологическими особенностями

Разные свойства внимания связаны с разными типологическими особенностями. **Концентрация внимания** лучше у лиц с сильной нервной системой (Л.Б. Ермолаева-Томина, 1959; Н.С. Уткина, 1972), а **переключение внимания** (при установке работать в свободном темпе) – у лиц со слабой нервной системой (В.П. Умнов, 1980).

**Концентрация внимания** зависит также от баланса нервных процессов, а **переключение внимания** – от подвижности нервных процессов.

Однако, многое зависит от того, в каких условиях протекает деятельность.

## Связь памяти с типологическими особенностями

**Произвольная** память на числа, геометрические фигуры, рисунки, слова выше у лиц с инертностью нервных процессов и низкой лабильностью (Э.А. Голубева, Е.П. Гусева, С.А. Изюмова, 1977). В то же время **непроизвольная** память лучше у лиц с высокой лабильностью нервной системы.

## Связь памяти с типологическими особенностями

- Абстрактные понятия лучше запоминают лица со слабой нервной системой (Э.А. Голубева, Е.П. Гусева, 1972; В.И. Гончаров, 1984), а **наглядные объекты** лучше запоминают лица с сильной нервной системой.
- **Двигательная память**, т.е. запоминание пространственных и силовых параметров движений, лучше проявляется у лиц с инертностью возбуждения и торможения, с сильной НС, с преобладанием возбуждения или уравновешенности.

## **Связь восприятия с типологическими особенностями**

**Характеристики восприятия** (особенно зрительного), такие как объем, быстрота, точность, **существенно влияют на эффективность деятельности**, в частности – на создание представления (зрительного образа) о том или ином физическом упражнении, двигательном действии.

**Быстрота формирования представления** физического упражнения, как показано В.П.Умновым, зависит от типологических особенностей проявления свойств нервной системы, средней выраженности подвижности возбуждения и торможения, преобладания «внешнего» торможения (у мужчин) и уравновешенности по «внутреннему» балансу (у женщин).

## Волевые качества и свойства нервной системы

Во многих видах деятельности проявляется такое волевое качество, которое в спорте называют **терпеливостью**. Она проявляется в способности человека работать, не снижая интенсивности (за счет воли), если по ходу работы у него возникают трудности (недостаток кислорода, утомление).

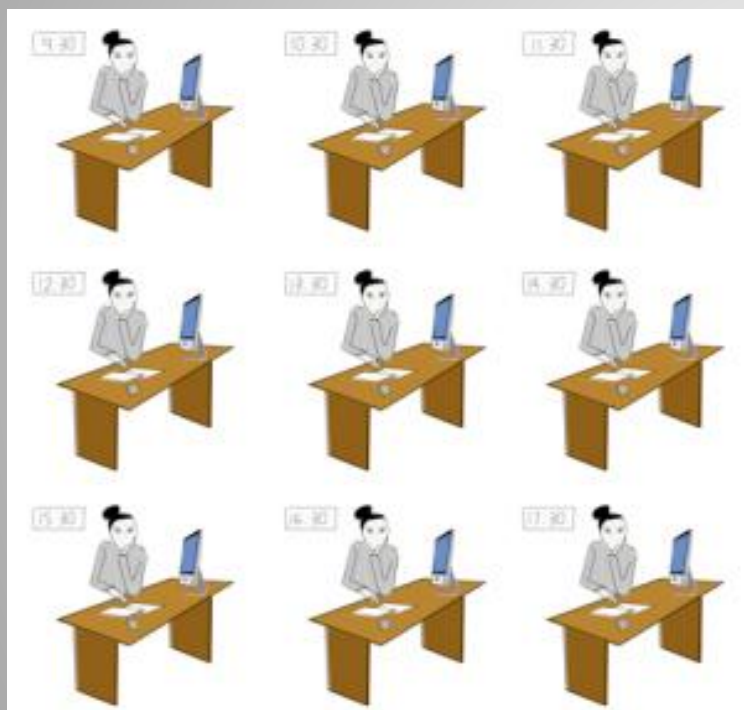


# Волевые качества и свойства нервной системы

- Более терпеливыми оказываются субъекты, имеющие **сильную нервную систему**, инертность возбуждения, преобладание торможения по «внешнему» балансу и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу (М.Н. Ильина, 1972). Этот же типологический комплекс влияет и на проявление упорства (Е.П. Ильин, Е.К. Фещенко, 1999).
- Сопоставление типологических комплексов, влияющих на разные волевые качества, показывают, что между ними нет тождества. Отсюда следует вывод, что **природная основа разных волевых проявлений различна, поэтому субъект не может проявлять одинаковую силу воли в различных ситуациях.**



## Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности



Во многих случаях эффективность деятельности зависит от того, какие психофизиологические состояния возникают у человека. Некоторые из этих состояний с точки зрения переживаний неприятны человеку, снижают эффективность его деятельности (психическое напряжение и утомление, монотония и психическое пресыщение).

## **Психоэмоциональное напряжение и типологические особенности**

При небольшой и средней степени психоэмоционального напряжения эффективность деятельности возрастает у всех людей, независимо от их типологических особенностей.

Однако при большом напряжении раньше ухудшается эффективность деятельности у лиц со слабой НС.

**Субъекты с сильной НС оказываются более устойчивыми к психоэмоциональному напряжению.**

## Состояние утомления и типологические особенности свойств нервной системы



Истинным критерием наступившего утомления выступают физиологические изменения в организме и появляющееся в связи с этим **чувство усталости**. У лиц с сильной нервной системой утомление наступает раньше, чем у лиц со слабой нервной системой. Объяснить это можно тем, что последние расходуют энергию более экономно (Р.Д. Кадыров, 1987).

## Состояние фрустрации

После серии неудач у человека может возникнуть состояние фрустрации. **У лиц с сильной НС** это состояние развивается, как правило лишь после длительного периода неудач и чаще **выражается в стенических реакциях**, т.е. в желании доказать, что преследующие его неудачи случайны. У лиц **со слабой нервной системой** состояние фрустрации возникает и при небольших и не очень частых неудачах и **проявляется в форме астении** и желании бросить даже любимое занятие. Поэтому они нуждаются в подбадривании, в обстоятельном обсуждении причин неудачи и способов устранения этих причин, в постановке конкретных и достижимых на данном этапе целей.



## Регуляция состояний субъектов с разными типологическими особенностями

Регулирующие воздействия психологов, врачей, педагогов на людей могут быть многообразными. Различны и реакции на эти воздействия. Одни люди более внушаемы, поэтому легче подвергаются регулирующим воздействиям других людей (внушаемость выше у лиц со слабой НС, Ю.Е. Рыжкин, 1977), другие менее внушаемы. Лица с сильной нервной системой больше ориентируются на собственное мнение.



# Регуляция состояний субъектов с разными типологическими особенностями

- Похвала положительно влияет на лиц со слабой НС и не оказывает влияния на лиц с сильной НС. Порицание отрицательно влияет как на тех, так и на других, но в большей степени на «слабых».
- Лиц со слабой НС рекомендуется чаще подбадривать, поощрять, а на их неудачи не реагировать критикой, упреками и т.п. У лиц с сильной НС критика не вызовет упаднического настроения. Однако и в этом случае не надо перебарщивать, чтобы не поколебать их уверенность в себе.

## Связь свойств темперамента и личности со свойствами нервной системы

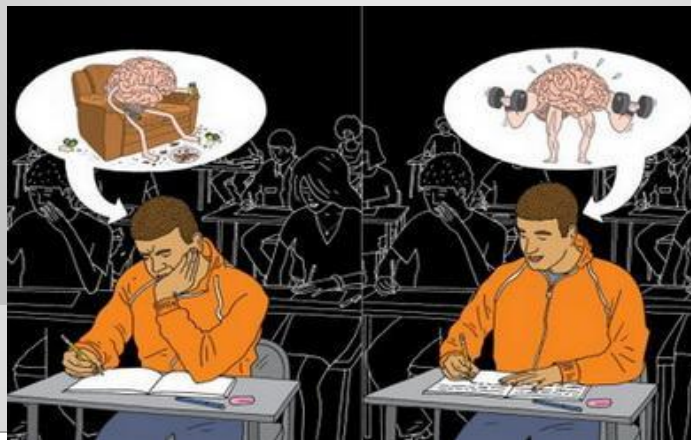
В настоящее время в большинстве исследований изучаются не типы темперамента, а его свойства, состав и методы изучения которых у разных авторов очень расходятся. Это значительно затрудняет решение вопроса о том, какие типологические особенности с какими свойствами темперамента связаны.

Больше всего публикаций посвящено **экстраверсии-интроверсии**, но большая часть этих статей носит теоретический характер.

## Связь умственной работоспособности со свойствами нервной системы учащихся

Существует два смысла термина «работоспособность».

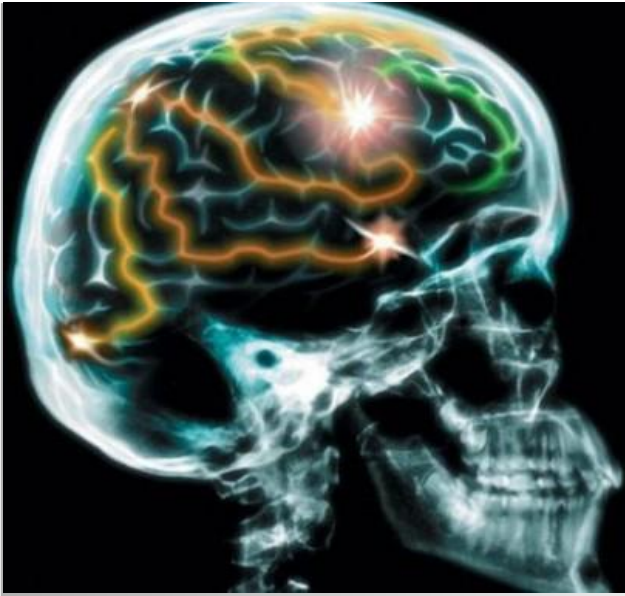
**Работоспособность** в широком смысле слова означает **тот максимум работы, который в состоянии выполнить человек** (Г.Леман). Известно, что этот максимум зависит от целого ряда субъективных и объективных факторов. К **субъективным** относятся знания, умения, способности, мотивы, волевые усилия, функциональная выносливость нервной системы и организма в целом. К **объективным** – методические организационные, гигиенические и другие условия, которые не зависят от учащегося.





# Связь умственной работоспособности со свойствами нервной системы учащихся

- В протекании умственной деятельности **имеются большие индивидуальные различия**. Одни учащиеся способны работать без микропауз для отдыха в несколько раз дольше, чем другие.
- Экспериментальные данные привели к выводу о том, что **продуктивность умственной деятельности на макроинтервалах времени определяется выносливостью нервных клеток на коротких интервалах.**



Разные авторы ( Т.Н. Ушакова, Ф.Д. Горбов, Т.И. Тепеницына, Н.Е. Малков) подмечали близкие явления в различных психических процессах : сенсорно-моторных реакциях, восприятии, мышлении. Эти исследования говорят об одном – **непрерывная целенаправленная деятельность «прерывается» кратковременными паузами и ошибками.** Задержки и ошибки, очевидно, определяются не психологическими, а физиологическими факторами. Иначе нельзя было наблюдать столь закономерную картину в характере протекания умственной деятельности человека.

Спасибо за внимание!