

высокая интенсивность и изменчивость эмоциональных реакций, искренность, избегание трудностей

Общее описание

Людей этого типа отличает высокая пластичность, скорость протекания психических процессов. Они интенсивно реагируют на любые (даже незначительные) события, впадая при этом то в депрессию, то в эйфорические крайности – от самого мрачного до самого мечтательного и счастливого состояния.

Маленькие победы вызывают бурю восторга, любая неудача способна «вывести из строя». Даже незначительный страх охватывает всю натуру экзальтированного человека, при этом заметны физиологические проявления: дрожь, холодный пот и тому подобное.

Экзальтация чаще мотивируется альтруистическими, чем эгоистическими побуждениями. Привязанность к близким друзьям, радость за них, за их удачу могут быть чрезвычайно сильными.

Кроме того, у экзальтированных людей наблюдаются восторженные порывы, не связанные с сугубо личными отношениями. Чувство сострадания к несчастным людям, животным способно довести их до отчаяния.

Социально адаптивные черты

- общительность;
- эмоциональность;
- добродушие;
- искренность;
- «острое нравственное зрение», чуткость, готовность помочь.

Деадаптивные особенности

- зависимость от смены настроения (во время разговора может без объяснений и видимых оснований обидеться, разозлиться);
- ослабленный самоконтроль (раздражительность, вспыльчивость, нетерпеливость);
- паникерство;
- избегание трудностей;
- склонность к самообвинению;
- невозможность длительного прогноза деятельности;
- эгоизм.

Стрессогенные ситуации

- ответственность, высокие требования;
- регламентированная деятельность, в том числе лимит времени;
- монотонная деятельность;
- наличие помех в деятельности;
- недостаток общения;
- обвинение в непорядочных поступках;
- публичные указания на физические или другие недостатки;
- необходимость давать взвешенные оценки.

Типичные способы совладания со стрессом

- вербальная агрессия;
- психологическая защита (отрицание, уход в болезнь, фантазирование).

Профессиональные особенности

Экзальтированными чертами часто обладают творческие натуры, артисты, музыканты, поэты.

Искренность в выражении чувств, тонкое ощущение реальности, стремление романтизировать отношения придают изысканность, особый смысл межличностному общению такого человека в любом коллективе. Однако регламентированные условия деятельности, частая и непредсказуемая смена настроения, субъективизм и безапелляционность в суждениях этих лиц создают благоприятный фон для развития конфликтных ситуаций, провоцируют панические настроения.

Являясь эмоционально-эстетическим лидером в группе, экзальтированная личность не проявляет склонности к формальному лидерству, ответственности на себя не берет.

Ситуации, способствующие наибольшей продуктивности

- возможность иметь «пищу для чувств»;
- работа на износ.