Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Хапчерангинская основная общеобразовательная школа»

**Раздел - «Профессиональная ориентация школьников».**

**Занятие на тему:**

**"Темперамент в профессиональном становлении личности"**

Разработал:

Аксёнова Ольга Сергеевна

учитель технологии

**"Темперамент в профессиональном становлении личности"**

|  |  |
| --- | --- |
| **Курс** | Твоя профессиональная карьера |
| **Методы** | Словесный, практический. |
| **Технические средства:** | Телевизор, видеомагнитофон, проектор. |
| **Цель урока** |
| **Обучающий аспект** | Познакомить учащихся с понятием “темперамент”, его типами и свойствами. Раскрыть особенности проявления темперамента в разных видах профессиональной деятельности |
| **Развивающий аспект** | Способствовать формированию у учащихся умения анализировать: психические особенности личности, выделять важные особенности поведения личности в профессиональной деятельности |
| **Воспитательный аспект** | Способствовать созданию психологического комфорта на уроке, учитывая индивидуальные и возрастные особенности учащихся, поддерживать стремление учащихся вносить посильный вклад в получение результата. |

Ход урока.

*Самое первое и самое главное в жизни – это стараться владеть самим собой.*

*В.Гумбольдт*

*Темперамент идет впереди мысли. Это плохо. Надо поставить мысль впереди темперамента.*

*К.С.Станиславский*

1. Организационный момент.

2. Основная часть урока.

**История учения и современные представления о темпераменте**

Само слово “темперамент” в переводе с латинского языка означает соотношение частей, соразмерность. Впервые это понятие в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ, еще 400 лет до нашей эры. Он полагал, что различия между людьми объясняются соотношением различных жидкостей в их теле (кровь, лимфа и два сорта желчи - желчь черная и желтая). По его убеждению, у сангвиников преобладает кровь (по латыни “сангвис”), у холериков— желтая желчь (“холе”), у флегматиков—слизь, или лимфа (“флегма”), у меланхоликов—черная желчь (“меланхоле”).

Известный немецкий философ 18 века Кант предложил свою интересную характеристику темпераментов. Он считал, что у ***сангвиников*** основное стремление к наслаждению. Сангвиники увлекаются тем, что ему приятно. Легко возбудимы и чувствительны, склонности их непостоянны и нельзя слишком много на них рассчитывать.

***Холерический*** темперамент обнаруживает значительную силу в деятельности, энергию и настойчивость, когда он находиться под влиянием кокой либо страсти. Он мало размышляет и быстро действует. Ему присущи гордость, мстительность, честолюбие.

У ***меланхоликов*** господствует наклонность к печали, безделица его оскорбляет, ему все кажется, что им пренебрегают.

***Флегматикам*** по мнению Кант, чувства не овладевают быстро. Ему не нужно делать над собой усилие, чтобы сохранить хладнокровие.

Позднее, многие психологи и физиологи изучали особенности темперамента человека в связи с особенностями организма.

И.В. Павлов, изучая условные рефлексы на собаках, установил, что у разных животных условные рефлексы образуются по- разному: у одних они образуются быстро и долго сохраняются, у других образуются медленно и быстро угасают. Одни могут переносить большие нагрузки при сильных раздражителях, другие при этой же нагрузке впадают в тормозное состояние. Павлов предположил, что все это зависит от особенностей высшей нервной системы, деятельности организма, силы нервной системы, уравновешенности процессов возбуждения и торможения и подвижности нервной системы.

Давайте теперь определим у себя силу нервной системы.

 Для этого разделите тетрадный лист на 6 частей. За 30 секунд (по 5 сек на 1 прямоугольник) нужно поставить в каждом из них наибольшее количество точек. Переходить от квадрата к квадрату нужно по точно фиксированному времени.

*Для оценки подсчитывается количество точек в каждом прямоугольнике. Цифры нужно выразить в виде перпендикуляров, построенных на одной прямой, соединив их вершины.*

**Приложение №1 (Характеристики темпинг – теста)**

По полученной кривой судят о силе нервной системы.

*ровный тип* (темп удерживается в течении всего времени)ь – нервная система средней силы;

*выпуклый тип* (темп нарастает к третьему квадрату, затем снижается ) – сильная нервная система;

нисходящий тип (снижение темпа со второго квадрата, затем снижается) – сильная нервная система;

*вогнутый тип* (первоначальное снижение темпа со второго квадрата в третьем квадрате сменяется его ростом) – средне слабая нервная система.

На биологической основе типов нервной системы основывается психологическая характеристика личности – **темперамент.**

Что следует понимать под темпераментом? **Это совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону ее деятельности и поведения.** Психологи считают, что в “чистом” виде каждый тип темперамента встречается редко. Большинство людей соединяют в себе черты разных типов. Свойства темперамента, определяя динамическую сторону личности, наиболее устойчивы и постоянны, потому что по сравнению с другими психическими особенностями они в наибольшей степени связаны с особенностями высшей нервной деятельности.

Проявление свойств темперамента во многом зависит от условий жизнедеятельности.

**Понятие экставерсии-интроверсии. Психологические различия между экстравертами и интровертами.** (**Приложение №2**)

***Экстравертированный тип*** характеризуется обращенностью личности на окружающий мир.

Экстравертам свойственны импульсивность, инициативность, гибкость поведения, общительность, социальная адаптированность.

***Для интровертированного типа*** характерны фиксация интересов личности на явлениях собственного внутреннего мира: необщительность, замкнутость, социальная пассивность, склонность к самоанализу, затруднение социальной адаптации.

Если о характере человека можно говорить в категориях “хороший”, “плохой”, то положительных или отрицательных темпераментов не бывает. Проявление свойств темперамента во многом зависит от условий жизнедеятельности.

**Проведение диагностики.** (**Приложение №3**) **Тест** **на определение темперамента.**

*Звучит отрывок «Симфония№5» Бетховена.* Отрывок только что прозвучавший, очень известный в наше время. К какому типу темперамента вы отнесете его автора? – ХОЛЕРИК. Обратимся к портретам. Кто может быть автором этой музыки? Надо отметить, что темперамент накладывает отпечаток и на внешность, темп речи, прическу и т.п.

**Л. БЕТХОВЕН.**

Творчество его возникло и сформировалось в революционную эпоху, окрыленное великой мечтой о свободе, равенстве и братстве.

« *Музыка должна высекать огонь из людских сердец»* - говорил композитор. Эта фраза объясняет нам все его творчество. Трудности, сопутствующие ему с детства - болезнь и смерть его матери. С 18 лет Людвиг - глава семьи. Пьянство отца, болезни, обезображенное лицо наложили отпечаток на его характер и творчество. Бетховен в молодости - угрюмый, застенчивый, с резкими манерами, часто сдерживающий вспышки гнева. Особого образования не получил, только самообразование- изучение древних языков, истории, философии, литературы ­сделало его одним из образованных людей своего времени. В 26 лет Людвиг столкнулся со страшным недугом-глухотой, которая постоянно прогрессировала. Постепенно этот недуг полностью захватил его. Болезнь долго он скрывал, а характер становился еще более замкнутым. Вскоре Джульетта Гвичарди, страстно любимая им девушка из аристократической семьи, выходит замуж за другого. Все это чуть не оборачивается трагедией: Бетховен решает покончить жизнь самоубийством. Именно в этот период появляется знаменитая «Лунная соната». Название «лунная» дал ей поэт Эл. Рельштаб, современник Бетховена. (Звучит отрывок из «Лунной сонаты».) Страдания человека стали постоянным источником силы музыканта. Все побеждающая любовь к искусству, к жизни вытеснила личную боль и отчаяние. Бетховен нашел в себе силы перебороть самого себя и выстоять. Симфонию NQ5 Бетховен посвятил Бонапарту, но когда узнал, что тот провозгласил себя императором, в ярости воскликнул: «Главная тема симфонии NQ5- идея борьбы, завоевание счастья для человека и человечества». (Прослушивание отрывка, собеседование). Так особенности темперамента наложили отпечаток на творчество, проявились в чертах характера композитора.

**В.А.МОЦАРТ**

Звучит отрывок из «Маленькой ночной серенады». При имени Моцарт возникает ощущение света, радости, блаженства. Но именно его творчество вступает в разрез с личной жизнью, которая была очень тяжелой, а порой и безысходной.

Детские годы были годами триумфа: с трехлетнего возраста мальчик вместе со старшей сестрой Анной- Марией и отцом Леопольдом посетил все музыкальные центры Европы, где приобрел большую популярность. К нему пришла слава. Но в 17 лет, когда возраст чудо-ребенка прошел, начались трудности, которые все более

усугублялись и становились безысходнее. Больше всего поражает то, что чем тяжелее его жизнь, тем более яркие, жизнерадостные сочинения рождались в его душе. Явление это кажется удивительным. Как будто то, что не удавалось ему в жизни, чего в ней не хватало, создавал он своим талантом в прекрасной музыке, наперекор всем превратностям судьбы. Можно назвать это особенностью его характера. И в это время он пишет три свои лучшие симфонии, одна из которых, N240 соль-минор, популярна более других и многим известна. Эта симфония рассказывает о горькой правде жизни, жестокой борьбе, которую приходится вести человеку .... Но как бы не было тяжело и мрачно вокруг, композитор и его герой помнят о том светлом и хорошем, что несет за собой жизнь. В этом про изведении ярко просматривается его жизненное кредо.

**Использование видеоматериалов для более яркой характеристики типа темперамента.**

Сангвиник - Буратино (фильм “Приключения Буратино”)

Холерик - Карлсон (фильм “Приключения Малыша и Карлсона”)

Флегматик – Кот Матроскин (Мультфильм “Приключения в Простоквашино”

Меланхолик – ослик Иа (мультфильм “Винни-пух и его друзья”)

**Основные типы темперамента и их свойства**

**Холерический тип.** Действия холерика обычно порывисты, он отличается повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью. Холерический темперамент проявляется в инициативности, энергичности, активности. Человеку с таким типом темперамента свойственна импульсивность, возбудимость, а в некоторых случаях несдержанность, нетерпеливость, необдуманность, вспыльчивость, раздражительность.

**Сангвинический тип.** Сангвиникбыстро приспосабливается к новым условиям, сходится с людьми, общителен. Чувства у сангвиника легко возникают и сменяются, мимика богатая, выразительная. Человеку с преобладанием сангвинического темперамента свойственна открытость и доступность, а в некоторых случаях беззаботность, поверхностность, непостоянство.

**Флегматический тип.** У представителей флегматического темперамента новые формы поведения формируются медленно, но являются стойкими. Как правило, флегматик редко выходит из себя, ровен и спокоен в общении. Обычно это вдумчивый, миролюбивый, старательный и размеренный человек, но в некоторых случаях могут проявляться пассивность, вялость и безучастность к окружающему, лень и безволие.

**Меланхолический тип.** Людей с меланхолическим типом темперамента отличает повышенная чувствительность, сдержанность и обстоятельность. Проявление эмоций у меланхолика едва заметно. Это, как правило, малообщительные, тревожные люди.

Как видно из описания типов темперамента, каждый тип имеет оттенки положительных и отрицательных характеристик.

Вам уже знакомы биографии Петра I, Наполеона Бонапарта, М И. Кутузова, А. В. Суворова. Все они выдающиеся полководцы и государственные деятели. Однако Наполеон Бонапарт и Петр I были сангвиниками, М. И. Кутузов — флегматиком, А. В. Суворов — холериком. Каждый из них действовал в определенных исторических условиях и обстоятельствах, но индивидуальные особенности темперамента, талант способствовали успешности их деятельности.

Обратимся еще к одному примеру. Вспомните: И. А. Крылов был флегматиком, Н. В. Гоголь — меланхоликом, А. С. Пушкин — холериком, М. Ю. Лермонтов — сангвиником. Своеобразие творчества этих писателей в определенной степени отражает особенности их темперамента.

**Проявления темперамента в разных видах профессиональной деятельности**

Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента. Так, особая подвижность (реактивность) сангвиника может принести дополнительный эффект, если работа требует от него смены объектов общения, рода занятий, частого перехода от одного ритма жизни к другому. Может создаться ложное представление, что люди инертные (флегматики) не имеют преимущества ни в каких видах деятельности. Но это неверно: так, именно они особенно легко осуществляют медленные и плавные движения, у них обнаруживается стойкое предпочтение стереотипным способам действия, пунктуальное соблюдение однажды принятого порядка, а несвоевременность своих реакций они восполняют более тщательным планированием действий и педантичным контролем. Они предпочитают упражнения и операции, включающие статические ходы, медленные и плавные элементы, и добиваются в них наибольших успехов.

Как установлено, люди, отличающиеся слабой нервной системой, — меланхолики — сильнее мотивированы на выполнение более простых действий, чем остальные, они меньше устают и раздражаются от их повторения. У таких людей максимум мотивации проявляется в задачах с большой надеждой на успех.

Люди, отличающиеся более сильной нервной системой и высокой реактивностью, — сангвиники не только стремятся к решению задач, превышающих среднюю трудность, но и могут с ними успешно справляться. В целом меланхолики и флегматики характеризуются большим соответствием уровня притязаний уровню реально выполняемых ими задач, т. е. их притязания реалистичнее, чем у сангвиников и холериков, которые чаще их характеризуются нереалистичными (завышенными, заниженными) уровнями притязаний.

**Учащиеся работают с карточками-заданиями “Проявление темперамента в профессиональных ситуациях”.**

*Определите тип темперамента,* *объясните почему.*

Светланасчитается лучшим секретарем-референтом в организации. В общении с коллегами и посетителями всегда приветлива, доброжелательна. Уравновешенность характера позволяет ей избежать конфликтных ситуаций. Светлана исполнительна, полученные задания выполняет без суеты и вовремя, так как умеет распределить рабочее время.

Андрей работает программистом. Всевремя спокоен, одинок и пасмурен. Если он обижен, долго сердится. Если поссорится с коллегой, целый день не разговаривает с ним. Предпочитает работать в спокойном темпе, выполнять знакомые операции. Повышена утомляемость — к концу дня работоспособность уменьшается.

Евгений работает чертежником-конструктором. Порученные задания выполняет медленно, но обстоятельно, последовательно, аккуратно. Его трудно рассмешить или рассердить. Молчалив. На рабочем столе всегда порядок, все на своих местах. С товарищами по работе дружен.

На успешность овладения профессией в определенной степени влияют особенности темперамента, его соответствие условиям профессиональной деятельности.

3. Закрепление материала.

*Определите тип темперамента по карточке, объясните почему*. [**Приложение №**](file:///C%3A%5CDocuments%20and%20Settings%5C%D0%90%D0%B4%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%5C%D0%A0%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B9%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%5C%D0%B0%D0%BA%D1%81%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%5C%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%5Cpril3.doc)4**,** [**№**](file:///C%3A%5CDocuments%20and%20Settings%5C%D0%90%D0%B4%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%5C%D0%A0%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B9%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%5C%D0%B0%D0%BA%D1%81%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%5C%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%5Cpril4.doc)5

**Рефлексия** – что нового я узнал на уроке? Как я могу применить полученные знания на практике и в своей жизни.

**Домашнее задание** - *Посмотрите на характеристику типов темпераментов и решите, какие профессии подходят представителю вашего типа темперамента, а какие - нет, объясните почему.*