

## Разработка внеклассного мероприятия для обучающихся «Особенности поведения людей с различным типом темперамента»»

Составитель: педагог-психолог  
Н.В.Михайлова

**ЦЕЛЬ:** Познакомить обучающихся с темпераментом как биологической основой личности каждого человека.

**ЗАДАЧИ:**

- Дать представление о понятии «темперамент» и его видах.
- Формировать умение анализировать собственную личность.
- Мотивировать обучающихся к самопознанию.

**Материалы и оборудование:** мультимедийная презентация, видеосюжет «История возникновения учения о темпераменте», бланки анкет (Русалова и Айзенка), видеоролики «Поведение разных людей», мотивационный флешролик.

**ХОД:**

**Педагог-психолог:** Добрый день, уважаемые участники беседы из цикла «Познай себя». Несколько дней назад вы стали участниками психологического исследования и ответили на вопросы двух анкет. Прежде чем вы ознакомитесь с результатами, немного теории.

Вашему вниманию предлагается притча. Послушайте ее внимательно и ответьте на очень простой вопрос: О чем эта притча?

*Притча о мальчике...*

Жил-был один очень невыдержанный мальчик. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда мальчик не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было 37 гвоздей. На другой неделе мальчик научился сдерживать свой гнев, и с каждым днем число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди.

Наконец пришел день, когда мальчик ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из забора по одному гвоздю.

Шло время, и пришел день, когда мальчик мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору: Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в заборе дыр? Он уже никогда не будет таким как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него! остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам останется. Словесный шрам такой же болезненный, как и физический.

**Педагог-психолог:** Вернемся к вопросу. Так о чем на ваш взгляд эта притча?  
(*заслушать ответы обучающихся*).

Ещё в глубокой древности учёные, наблюдая за поведением людей, обратили внимание на большие индивидуальные различия в этом направлении. Одни очень подвижные, эмоционально возбудимые, энергичные. Другие медлительные, спокойные, невозмутимые. Одни общительные, легко вступают в

контакты с окружающими, жизнерадостные, другие замкнутые, скрытные. При этом имелись в виду чисто внешние проявления, не принимая во внимание умён человек или ограничен, трудолюбив или ленив, смел или труслив, правдив или лжив, чем он занимается, каковы его интересы и т.д.

Например, два человека делают одну и ту же работу и делают её одинаково хорошо, но один трудится увлечённо, со страстью, нетерпеливо, проявляет инициативу, а другой – неторопливо, методично, основательно, деловито, строго по инструкции, кропотливо, тщательно.

Как вы думаете от чего это зависит? (*заслушать ответы*)

Варлам Шаламов в «Колымских рассказах» писал: «Есть люди, которые вечно все знают и все угадывают. Есть и такие, которые во всем хотят видеть лучшее, и их сангвинический темперамент в самом тяжелом положении всегда отыскивает какую-то формулу согласия с жизнью. Для других, напротив, события развиваются к худшему, и всякое улучшение они воспринимают недоверчиво, как некий недосмотр судьбы. И эта разница суждений мало зависит от личного опыта: она как бы дается в детстве – на всю жизнь...». Зависит поведение людей, подмеченное автором, от типа их темперамента.

Немного истории... В пятом веке до нашей эры в Греции жил великий ученый Гиппократ, в роду которого было 17 поколений врачей. Опыт и наблюдательность помогли ему описать ныне всем известные типы людей: сангвиника, холерика, флегматика и меланхолика. Четыре темперамента Гиппократ сравнивал с четырьмя стихиями: огонь, земля, вода, воздух. Гармония четырех стихий создает жизнь на земле, гармония четырех начал в человеке позволяет ему жить полноценной жизнью.

Чем же характеризуется каждый тип темперамента? (*просмотр видеоролика 1*)

**Холерик** – «безудержный, неуравновешенный» тип. Отличается повышенной возбудимостью, бурными эмоциями. Ему свойственны резкость и стремительность движений, импульсивность, резкая смена настроений. Увлечшись делом, он действует изо всех сил, что может привести к истощению. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. С людьми прямолинеен и неуживчив, не умеет ждать. Работает рывками. Неустойчив в интересах и склонностях. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

**Сангвиник** – «живой уравновешенный» тип. Быстро приспосабливается к новым условиям, общителен, легко входит в новый коллектив. Выдержан, способен сохранять самообладание в сложной обстановке. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее длительного и методичного напряжения, усидчивости, концентрации внимания. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатывается поверхностность и непостоянство.

**Флегматик** – «уравновешенный, малоподвижный» тип. Характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения. Эмоции слабо выражены,

устойчивы. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный, он редко выходит из себя. Осторожен и рассудителен. Медленно включается в новую работу, и переключается на другой вид деятельности, но доводит дела до конца. Общителен в меру, не любит пустых разговоров. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами — выдержкой, глубиной мысли, постоянством, основательностью, в других — вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

**Меланхолик** — «неуравновешенный, малоподвижный» тип. Все эмоции держит внутри, как правило, это его переживания. Сильные воздействия часто вызывают у меланхоликов продолжительную тормозную реакцию («опускаются руки»). Ему свойственна сдержанность и приглушенность речи и движений, робость, застенчивость, нерешительность. Склонен к одиночеству, замкнутости, тяжело идёт на контакт. При этом он устойчив в интересах и склонностях, не теряется в новой обстановке. В нормальных условиях меланхолик — человек глубокий, содержательный, может быть хорошим работником и успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям.

#### **Задание для обучающихся:**

1. Перед вами лежат карточки-картинки с одной и той же ситуацией. Ваша задача по поведению людей на картинках определить тот тип темперамента, к которому они принадлежат.



Действительно, поведение людей на картинке определяется разным типом их темперамента. Вот какое стихотворение Константина Галаева найдено в сети

Если вам на шляпу сели,  
На скамейке, на алее —  
Вы ни слова не сказали,  
Только начали рыдать...  
Вам бы «трубку дружбы», столик:  
Вы немного “Меланхолик”.  
Когда чувства раздавали  
Юмор вам забыли дать.  
Если шляпу, после “сидки”  
Вы надели без обидки,  
Задымили сигарету,  
Но порыва злобы нет,

Значит вы “Флегмат” отчасти,  
Нужно вам немного срасти.  
Вспомнить деятельность света:  
Теплоту нести в ответ.  
А вот если вы слюною  
Человека с головою  
Забрызжите, в перепалке,  
Преподав ему урок.  
Меньше надо вам истерик,  
Потому что вы — “Холерик”.  
Вам бы только в руки палку,  
Это ваш большой порок.

Если шляпа станет “ямой”,  
Если вы с врагом – друзьями,  
Если кроме смеха всё же,  
Слёзы есть, но от потех,  
Если вы порой болтливы  
Вы “Сангвиник”, вы счастливый.  
Если бы не ветер, может  
Чаще был бы ваш успех.  
Темперамент человека,  
С детства дан нам всем на веки,  
Но старайтесь быть вы теми,  
Кто в душе не бросит тень.

Я вот думаю, всем надо  
На работе быть “Флегматом”  
Пусть он медленный, но время  
Он потратит не на лень.  
По делам любовных лирик  
Лучше быть как тот холерик,  
Арсенал всех чувств имея,  
Знают как любить они.  
Попадать навеки в сердце  
Меланхолик знает дверцы,  
Но по жизни ветром вея,  
Нет сангвинику ровни.

2. Каждый из вас помнит героев фильма «Три мушкетера». Четверых главных персонажей автор романа Александр Дюма представил абсолютно не похожими друг на друга.  
Задание: определить к какому типу темперамента принадлежат: Дартаньян, Атос, Портос, Арамис.



3. Сейчас вам предстоит просмотреть небольшие видеосюжеты. Попробуйте сопоставить поведение героев этих сюжетов и типы темперамента, к которым их можно отнести по внешним признакам. *(просмотр видеороликов и их анализ)*

**Педагог-психолог:** Сегодня вы узнали о том, что в основе поведения любого человека лежит врожденный тип нервной системы человека. Нет людей с плохим или хорошим темпераментом, ведь грубым и невоспитанным может быть человек любого типа темперамента. На прошлой неделе вы стали участниками психологического исследования, рассмотрим его результаты *(раздать бланки с результатами исследования по методикам Айзенка и Русалова)*. Я надеюсь, что многие из вас сегодня смогут разобраться в том, какой тип темперамента лежит в основе вашего поведения, и лучше понять себя.