

Темперамент в профессиональной деятельности

Объединение «Играем и общаемся»



Добрый день, уважаемые дети. Сегодня мы продолжаем изучать тему : «Темперамент»

- ▣ И как всегда, начнем мы сегодня с ритуала «Новое хорошее»
- ▣ Предлагаю вспомнить хорошие новости, хорошие события, которые произошли с Вами пока мы не общались, а это целая неделя. Важно уметь видеть хорошее и позитивное в любой ситуации.

- * « Тот счастлив, кто живёт в условиях,
- * соответствующих его темпераменту,
- * но тот более совершенен,
- * кто умеет приспосабливать свой
- * темперамент к любым условиям».
- * Дэвид Юм

- * Темперамент идет впереди мысли
- * Это плохо. Надо поставить мысль
 - * впереди темперамента.
 - * К.С.Станиславский

- * **Вопрос:** Как мы можем понять данные высказывания?

- * Ребята, давайте посмотрите на друг на друга, на родителей, братьев или сестер.
- * – Что вы видите? (разных людей)
- * – Чем они отличаются друг от друга? (одни - веселые, другие - серьезные, задумчивые, удивленные,...)
- * – От чего это зависит? (от их настроения)
- * – А что такое настроение? Что означают слова "у меня хорошее настроение" или "мне грустно?" Почему одни люди всегда улыбаются, а другие – грустят? (они разные по характеру)
- * – А что определяет характер человека? (его темперамент)
- * Все люди очень разные... Даже близнецы с самого рождение ведут себя по-разному, хотя воспитываются в одинаковых условиях.
- * Одни от природы спокойны и медлительны. Другие энергичны и самостоятельны. Третьи несдержанны, раздражительны, их решительность не всегда обдуманна. Четвертые нерешительны и не уверены в себе. Одни на замечания реагируют криком, другие плачем, третьи замыкаются в себе, а четвёртые просто не обращают на них никакого внимания. В чём причина таких различий? А причина действительно есть, и название ей - темперамент.

Предыстория

Само слово **"темперамент"** означает в переводе с латинского - соотношение частей, соразмерность.

Впервые это слово в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что различия между людьми определяются соотношением в их теле жидкостей: у сангвника - преобладает кровь (сангвэ), у холерика - желтая желчь (холэ), у флегматика - слизь или лимфа (флегма), у меланхолика - черная желчь (меланэ холэ). Темперамент проявляется в мышлении, речи, манере поведения.



Тест на определение типа темперамента.



* Возьмите лист бумаги. Напишите цифры вопросов от 1 до 20, напротив них отмечайте букву ответа («а», «б», «в», или «г»).

- * Из четырех утверждений вам необходимо выбрать одно, наиболее подходящее для вас.
- * 1.
- * а) суетливы и неусидчивы;
- * б) жизнерадостны и веселы;
- * в) хладнокровны и спокойны;
- * г) застенчивы и стеснительны.

* 2.

* а) вспыльчивы и невыдержанны;

* б) деловиты и энергичны;

* в) обстоятельны и последовательны;

* г) в новой обстановке теряетесь.

* 3.

* а) прямолинейны и резки по отношению к другим людям;

* б) склонны себя переоценивать;

* в) умеете ждать;

* г) сомневаетесь в свои силах.

* 4.

* а) незлопамятны;

* б) если что-то перестает интересоваться, быстро остывает;

* в) строго придерживаетесь системы в работе и распорядка дня;

* г) приспосабливаетесь невольно к характеру собеседника.

* 5.

* а) вы обладатель порывистых, резких движений;

* б) быстро засыпаете;

* в) вам тяжело приспособиться к новой обстановке;

* г) покорны.

* 6.

* а) к недостаткам нетерпимы;

* б) работоспособны, выносливы;

* в) в своих интересах постоянны;

* г) легко ранимы, чувствительны.

* 7.

* а) нетерпеливы;

* б) бросаете начатые дела;

* в) рассудительны и осторожны;

* г) трудно устанавливаете контакт с новыми людьми.

* 8.

* а) у вас выразительная мимика;

* б) быстрая, громкая речь с живыми жестами;

* в) медленно включаетесь в работу;

* г) очень обидчивы.

* 9.

* а) у вас быстрая, страстная речь;

* б) в новую работу включаетесь быстро;

* в) порыв сдерживаете легко;

* г) очень впечатлительны.

* 10.

- * а) работаете рывками;
- * б) за любое новое дело беретесь с увлечением;
- * в) попусту сил не растрчиваете;
- * г) у вас тихая, слабая речь.

* 11.

- * а) вам присуща несобранность;
- * б) настойчивы в достижении цели;
- * в) вялы, малоподвижны;
- * г) ищите сочувствия других.

* 12.

- * а) быстро решаете и действуете;
- * б) в сложной обстановке сохраняете самообладание;
- * в) ровные отношения со всеми;
- * г) необщительны.

* 13.

- * а) инициативны и решительны;
- * б) быстро схватываете новое;
- * в) не любите попусту болтать, молчаливы;
- * г) одиночество переносите легко.

* 14.

- * а) стремитесь к новому;
- * б) у вас всегда бодрое настроение;
- * в) любите аккуратность;
- * г) робки, малоактивны.

* 15.

- * а) упрямы;
- * б) в интересах и склонностях не постоянны;
- * в) у вас спокойная, ровная речь с остановками;
- * г) при неудачах чувствуете растерянность и подавленность.

* 16.

- * а) имеете склонность к горячности;
- * б) тяготитесь однообразной кропотливой работой;
- * в) мало восприимчивы к порицанию и одобрению;
- * г) у вас высокие требования к окружающим и себе.

* 17.

- * а) склонность к риску;
- * б) к разным обстоятельствам приспосабливаетесь легко;
- * в) начатое дело доводите до конца;
- * г) у вас быстрая утомляемость.

* 18.

- * а) резкие смены настроения;
- * б) склонны отвлекаться;
- * в) обладаете выдержкой;
- * г) слишком восприимчивы к порицанию и одобрению.

* 19.

* а) бываете агрессивным, задирой;

* б) отзывчивы и общительны;

* в) незлобивы;

* г) мнительны, подозрительны.

* 20.

* а) в споре находчивы;

* б) неудачи переживаете легко;

* в) терпеливы и сдержанны;

* г) имеете склонность уходить в себя.

* Подсчитайте, сколько раз вы выбрали ответ «а», сколько «б», сколько «в» и сколько «г». Теперь каждую из полученных 4 цифр умножьте на 5. Вы получите процентное содержание ответов.

* Например:

* «а» — 7 раз * 5 = 35%

* «б» — 10 раз * 5 = 50%

* «в» — 2 раза * 5 = 10%

* «г» — 1 раз * 5 = 5%

* Четыре вида ответов соответствуют 4 типам **темперамента**.

* «а» — тип холерика

* «б» — тип сангвиника

* «в» — тип флегматика

* «г» — тип меланхолика.

* В нашем примере доминирует тип «б» — сангвиник (50%).
Определите свой доминантный тип.

* Типы темперамента.

* **Холерик.**

* Неуровновешенный тип. Бурные эмоции, вспышки. Речь неровная, сбивчивая. Резкая смена настроений. С людьми неуживчив, прямолинеен. Не умеет ждать, нетерпелив. Стремится к новому постоянно, неустойчив в интересах. Тип работы: подходит работа, требующая, большой затраты энергии, связанная с напряжением. Любит трудности и препятствия, способен их преодолевать. Быстро включается в работу. Свои планы приводит в действие, работу доводит до конца. Склонен переоценивать свои возможности. Стремится к самостоятельности и плохо подчиняется власти. Напорист, но недостаточно настойчив. Рекомендуемые профессии:

* **Рекомендуемые профессии:**

- * электрик, артист, строитель, электросварщик, слесарь, менеджер, хирург, тренер, повар, текстильщица, художник, телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель и др. Обладает вербальными способностями. Избирает задачи, позволяющие ему проявить свою энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, любовь к приключениям.
- * Избирает задачи, позволяющие ему проявить свою энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, любовь к приключениям.

Темперамент и профессия

- **Холерику** подходит циклическая работа, в которой чередуются периоды больших усилий и спокойной деятельности.



* Сангвиник.

* «Живой», общителен, сохраняет самообладание в сложной обстановке. Легко входит в новый коллектив, не скован. Быстро переключается с одной работы на другую. В решениях часто не собран. Речь четкая, громкая, быстрая. Тип работы: высокая работоспособность, легко сосредотачивает внимание, может параллельно выполнять несколько дел. Легко загорается интересом к новой работе, но быстро угасает, загорается новым видом работы. Проявляет организаторские способности. Хорошие работники на ответственных и опасных местах. Не способен вникать в детали и не переносит однообразия и монотонности. Быстро может осваивать новую специальность. Чтобы подчиненный-сангвиник хорошо работал, надо перед ним непрерывно ставить новые и интересные задачи, при этом желательно систематический контроль и проверку. Его можно заинтересовать материальными условиями труда и перспективой. Сангвиник сам знает себе цену и не ищет подтверждения своей значимости у начальства.

* **Рекомендуемые профессии:**

* менеджер, учитель, врач, м/с общего профиля, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и др

Темперамент и профессия

- **Сангвинику** интереснее заниматься разнообразной работой, где он получает постоянно новые знания. Профессии должны быть постоянно связаны с общением, а также организацией деятельности людей.

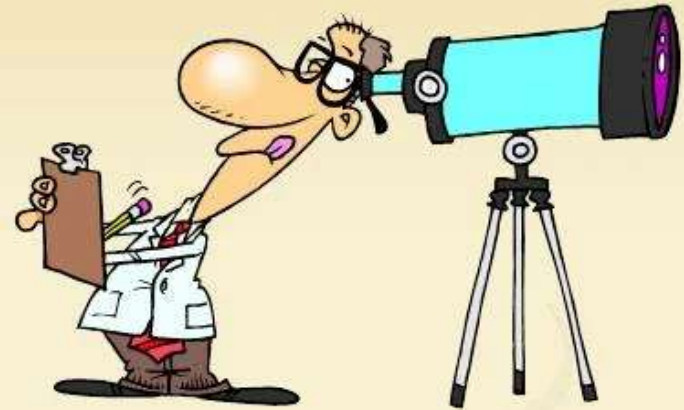


* **Флегматик.**

- * Уравновешенный. Рассудителен, осторожен, общителен в меру. Малоподвижен, инертен. Устойчив в интересах. Придерживается строгого распорядка на рабочем месте. Медленно переключается с одной работы на другую. Тип работы: нетороплив в учебе и работе. Достигает успеха за счет упорства и терпеливости. Склонен выполнять монотонную работу. Неохотно берет на себя обязанности лидера, неинициативен. При изменении условий работы у них резко снижается производительность труда. Из них получаются высококлассные экономисты, бухгалтеры, делопроизводители. Способность флегматиков неторопливо и без паники проанализировать положение делает их незаменимыми в стрессовых ситуациях.
- * Возможно, не следует выбирать работу, где требуется постоянное общение с людьми, а вот «общение» с компьютерами для него подходит больше. Не подойдет деятельность, связанная с необходимостью быстрого переключения: если это медицина, то они, скорее, будут хорошими терапевтами, чем хирургами; если это экономика – то роль главного бухгалтера получится значительно лучше, чем менеджера.
- * **Рекомендуемые профессии:**
- * машинопись, бухгалтерия, экономика, механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.

Темперамент и профессия

- **Флегматик** в работе должен иметь возможность соблюдать привычный режим, деятельность может носить монотонный характер.



* **Меланхолик.**

- * Малоподвижный, неуравновешенный. Все эмоции внутри. Нерешителен, не верит в себя, очень чувствителен. Замкнут, склонен к одиночеству. Устойчив в интересах. На контакты идет тяжело.
- * Тип работы: их работоспособность зависит от настроения: периодически то высокая, то – низкая. Они могут быстро уставать. Противопоказана деятельность, требующая значительного напряжения, связанная с неожиданностями и осложнениями. Трудно приспосабливается в новом коллективе. В работе меланхоликам необходимы постоянная поддержка и регулярный отдых. Меланхолики – тонкие и наблюдательные люди, что можно использовать в профессиональной деятельности.
- * Возможно, не следует выбирать работу, где требуется постоянное общение с людьми, а вот «общение» с компьютерами для них подходит больше. Нежелательно работать водителем на общественном транспорте.
- * **Рекомендуемые профессии:**
- * педагоги, деятели искусства, художник, швея-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, геолог, ветеринарный врач, агроном, зоотехник, бухгалтер, токарь, машинопись, автослесарь, слесарь, радиомеханик.

Темперамент и профессия

- **Меланхолику** подходит работа, требующая точных ручных умений. Противопоказаны профессии, связанные с неожиданностями и сложностями.



* Вопрос: 2

* К какому типу темперамента относятся следующие характеристики:

- * • Замкнут, трудно сближается с людьми
- * • Говорит быстро, многословен, общителен
- * • Движения экономны
- * • Тихая неуверенная речь
- * • Быстро и легко переключает внимание
- * • Берется за дело быстро, энергично
- * • Осторожные робкие движения
- * • Много лишних движений

* Вопрос 3.

* Угадайте, какому типу темперамента посвящено стихотворение.

- * Очень радостно живет
- * Вечно песенки поет.
- * Всем поможет, всех простит,
- * И на праздник пригласит
- * Добрый, ласковый, смешной
- * И немного озорной (**сангвиник**).

- * Я помню чудное мгновенье:
 - * Передо мной явился ты,
 - * Как реактивное явление,
- * Стремлений полный красоты (**холерик**).

- * Спокойствие главный мой козырь,
- * Мне хочется лишь одного:
- * Уверенно, четко работать.
- * И верить, и помнить, и ждать (**флегматик**).

- * Я хочу себя сдержатъ:
 - * Не заплакать, не стонать.
 - * Но любое сообщенье,
 - * Вызывает огорченье:
- * Ведь натура у меня очень хрупкая, о да: (**меланхолик**)

* Сказка о типах темперамента.

- * - Папа, расскажи мне, что такое темперамент, - попросила Юля перед сном.
- * - Темперамент, - начал папа, - это такие особенности психики, которые проявляются в том, насколько человек, быстро или медленно действует, говорит, как глубоко переживает разные события.
- * - Ты мне лучше об этом сказу расскажи, - посоветовала Юля.
- * - Ну хорошо...
- * В незапамятные времена жили в одном королевстве четыре рыцаря. Звали их Холерик, Сангвиник, Флегматик и Меланхолик. Все они носили доспехи, ездили на прекрасных конях, но были очень разные.
- * Холерик ни минуты не мог посидеть спокойно. Он носился на коне целый день, громко кричал, разгонял всех разбойников в округе. И если только слышал, что где-то поблизости завёлся дракон, сразу мчался туда, чтобы сразиться с ним. Но если не удавалось справиться с драконом сразу, ему это становилось уже не интересным. Он вспоминал, что еще хотел поймать жар-птицу, бросал дракона и уезжал на ее поиски.

- * Сангвиник тоже все делал быстро и весело. Если он решал построить себе новый замок, то работал старательно и не прекращал дело до полного окончания. Он не прочь был и посмеяться, и поохотиться с друзьями. И хотя драться не любил, но если уж задира Холерик вызывал его на поединок, то мог и постоять за себя.
- * Рыцарь Флегматик, напротив, все делал медленно и неторопливо. Строя свой замок, он неделями думал, как возводить башню или где делать ворота. Увлечённый своей работой, он даже не замечал драконов, гулявших прямо у стен замка. А если наконец замечал, то, пока готовился к схватке, драконы успевали без особой спешки скрыться.
- * Меланхолик был из них самый тихий и грустный. Он всегда всего боялся, и если разбойники окружали его замок, кричали и насмехались над ним, то он сразу начинал плакать. Он пугался криков пролетавших драконов и любил сидеть на лавочке в тишине своего парка. А при строительстве замка послушно следовал советам других рыцарей.
- * У короля, которому служили четыре рыцаря, была прекрасная дочь. Случилось так, что все четверо полюбили её. Собрались они, посоветовались и решили отправиться все вместе просить руки принцессы. Пусть она сама выберет наиболее достойного.
- * Прибыли они к королевскому замку и увидели, что страшный великан-людоед с большущей дубиной стоит у ворот и никого не пускает к принцессе.

* Холерик, не раздумывая, кинулся в бой с великаном. Тот взмахнул дубинкой, и Холерик вылетел из седла и кубарем покатился по земле. Он сразу же вскочил и, размахивая обломком меча, стал кричать, что великан поступает нечестно, что у него дубина, а не меч, и вообще они в разных весовых категориях.

- * Увидев это, Меланхолик всхлипнул, пробормотал: «Вот всегда так! Ну почему я такой невезучий?», повернул коня и отправился восвояси.
- * Флегматик почесал затылок, подумал и решил: «Ничего с этим великаном не сделаешь. Ну да ладно. Приеду-ка я завтра. Может, ему надоест здесь сидеть. А нет, так я могу и подождать, пока он уйдёт».
- * А Сангвиник сразу смекнул, что ему с великаном не справиться, он лесом объехал замок, закинул верёвку на стену с другой стороны и, напевая песенку, полез на башню к принцессе. Но, к несчастью, веревка оборвалась, и Сангвиник шлёпнулся в кусты. Поглаживая ушибленные колени, он усмехнулся и решил построить воздушный шар и на нем перелететь через высокие стены королевского замка.

* Принцесса из своей башни видела, как поступили все четверо ее поклонников. Все они разочаровали ее: ведь Холерик хотя и был храбрецом, но только кричал, а не искал выхода из этой ситуации; Флегматик, видно, не очень-то торопился попасть к своей возлюбленной; Сангвиник хитрил и не желал вступить в бой со страшным великаном-людоедом; Меланхолик – тот вообще испугался и отчаялся.

* Прошло несколько дней, и снова все четверо рыцарей появились у ворот замка. Холерик пришел первым во главе большого вооруженного отряда – за это время он обскакал все королевство и собрал самых сильных рыцарей на битву с великаном. Увидев, какой оборот приняло дело, великан бросил дубину и убежал. И принцесса восхитилась неугомонностью Холерика.

* Тут она увидела, что к замку летит воздушный шар, в корзине которого сидит улыбающийся Сангвиник. Принцесса была в восторге от его находчивости. В тот же миг в окно башни впорхнул почтовый голубь. К его шейке банком было привязано послание. Оказалось, что это любовная баллада, которую сочинил Меланхолик. Принцесса была растрогана искренностью стихов.

- * Вдруг на булыжниках дороги загрохотали тяжелые повозки. Это неторопливый Флегматик вез щедрые подарки прекрасной принцессе, и он тоже понравился сдержанностью и деловитостью. Четверо рыцарей предстали перед королем и его дочерью, прося руки принцессы.
- * - Сначала я разочаровалась в вас, - сказала прекрасная принцесса. – А теперь я восхищаюсь всеми.
- * Папа замолчал.
- * - Ну же, папочка! – нетерпеливо дернула его за рукав Юля. – Скажи скорее: кого выбрала принцесса?
- * - А как ты думаешь? – в глазах у папы светились лукавые огоньки.
- * - Откуда же я знаю? – удивилась Юля. – Я же не принцесса. Ну скажи: кто стал ее мужем: Холерик, Сангвиник, Флегматик или Меланхолик?
- * - Не знаю, - честно признался папа. – Да это и не важно. Принцессы бывают разные. Кому-то больше нравится один вид темперамента, кому-то – другой. Главное, надо понять, Юлечка: хороших или плохих типов темперамента нет, как нет только хороших людей и только плохих. В каждом человеке есть всего понемножку и от Сангвиника, и от Холерика, и от Флегматика, и от Меланхолика. Ну, может быть, чего-то оказывается и побольше. Переделать тип темперамента почти невозможно. Но каждый по-своему хорош.

* Подводя итоги, хочется отметить, что мы узнали: что такое темперамент, выяснили свой тип темперамента, рассмотрели какие профессии подходят под тип темперамента, а самое главное рассмотрели на примерах.

Что Вам сегодня понравилось больше всего?

Что осталось непонятным?

На что похоже Ваше настроение?

Что бы Вы пожелали группе?

Прошу Вас дать обратную связь в комментариях.

Я желаю Вам много позитивных эмоций,
чтобы дистанционное обучение приносила
вам знания и новые открытия.

С уважением, ваша Марина Юрьевна.

