

## **ТЕМА: «ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ: ТЕМПЕРАМЕНТ»**

**Цель:** познакомить с понятием «темперамент»

**Задачи:**

1. Познакомить с понятием «темперамент», типами темперамента
2. Составить сводную таблицу типов темперамента
3. Разработать рекомендации по учету особенностей типов темперамента в учебном процессе
4. Обобщить представления об учете темперамента в общении и деятельности

**План**

1. Понятие о темпераменте
  2. Учения о темпераменте
  3. Физиологические основы темперамента
  4. Психологическая характеристика типов темперамента
  5. Учёт темперамента детей в учебно-воспитательном процессе
- Ход урока
- I. Орг. Момент
  - II. Проверка д/з  
На слайдах вопросы:
    1. Дайте определение понятиям «индивид», «личность», «индивидуальность»
    2. Может ли существовать индивид, не являющийся личностью?
    3. Может ли существовать личность, которая не будет являться индивидом?
    4. В чём проявляется индивидуальность?
  - III. Сегодня мы и поговорим об одной из индивидуально-психологических особенностей – темпераменте.  
Что вам уже известно о темпераменте?  
Что хотелось бы узнать?

### **1. Понятие о темпераменте**

Известный отечественный психолог В.С. Мерлин дает образное сравнение роли темперамента в динамике психической деятельности: «Представьте себе 2 реки – одну спокойную, равнинную, другую – стремительную, горную. Течение первой едва заметно, она плавно несет свои воды, у нее нет ярких всплесков, бурных водопадов, ослепительных брызг. Течение второй – полная противоположность. Река быстро несется, вода в ней грохочет, бурлит, клокочет и, ударяясь о камни, превращается в клочья пены...

Темперамент относится к числу таких психологических понятий, о которых «все знают». Давая характеристику своим знакомым, мы то и дело употребляем названия различных темпераментов — одного именуем «типичным холериком», другого «сангвиником», «флегматиком» или «меланхоликом».

Ещё в глубокой древности учёные, наблюдая внешние особенности поведения людей, обратили внимание на большие индивидуальные различия: одни очень подвижны, эмоционально возбудимы, энергичны; другие медлительны, спокойны, невозмутимы; одни общительны, легко вступают в контакты с окружающими, жизнерадостны; другие замкнуты, скрытны.

Такие индивидуальные особенности были названы темпераментом.

Temperamentum (лат.) – соразмерность, правильная мера.

**Темперамент** – индивидуальные особенности человека, определяющие динамику его психической деятельности и поведения. (Крутецкий В.А.)

Поведение человека зависит не только от социальных условий, но и от особенностей природной организации личности. Темперамент как раз **обусловлен**

*биологической организацией индивида*, Поэтому и обнаруживается довольно рано и четко у детей в игре, общении, на занятиях. Темперамент окрашивает все психические проявления индивида.

От темперамента зависит:

- Скорость возникновения психических процессов и их устойчивость (например, скорость восприятия, быстрота мышления, длительность сосредоточения внимания и т. п.);
- Темп и ритм деятельности и поведения;
- Интенсивность психических процессов.

Но от темперамента не зависят:

- Интересы и увлечения;
- Социальные установки;
- Моральная воспитанность личности.

## 2. Учения о темпераменте

### *Гиппократ*

Деление людей на темпераменты возникло еще в античные времена. Первое упоминание о темпераментах мы встретим в Древней Греции. Замечательный древнегреческий врач Гиппократ (5–4 век до нашей эры) говорил, что у людей есть четыре главных сока: кровь, лимфа, желтая и черная желчь. У разных людей они смешаны по-разному: верное сочетание соков приносит здоровье, а неверное — болезнь.

На слайд вынести слова Гиппократа «...Люди различаются соотношением четырёх основных соков организма – крови, флегмы, жёлтой желчи и чёрной желчи».

Само понятие темперамент, в переводе с древнего латинского языка, значит «соразмерность», правильная мера. При нормальном, не чрезмерном слиянии соков, считали древние, любой темперамент хорош и здоров.

## 2. *Клавдий Гален*

Опираясь на учение Гиппократа, другой знаменитый врач античности Клавдий Гален (ок. 130-ок. 200 гг.) разработал типологию темпераментов, которую он изложил в известном трактате « De temperamentum ». Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырех. Эти четыре названия типов темперамента вам хорошо известны:

сангвиник (от лат. sanguis — кровь),

флегматик (от греч. phlegma — слизь, мокрота),

холерик (от греч. chole — желчь) и

меланхолик (от греч. melas chole — черная желчь). Эта концепция имеет огромное влияние на ученых на протяжении уже многих столетий. Подтверждением этого является тот факт, что до настоящего времени предложенные Галеном названия типов темперамента являются самыми распространенными.

### *3. Эрнст Кречмер Конституционная типология*

В последующие века исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающее с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались упорядочить и каким-то образом сгруппировать эти различия. В результате возникли многочисленные концепции и типологии темпераментов.

В ряде концепций свойства темперамента понимались как наследственные или врожденные и связывались с индивидуальными различиями в особенностях телосложения. Такие типологии получили название конституционных типологий. Среди них наибольшее распространение получила типология, предложенная Эрнстом

Кречмером, который в 1921 г. опубликовал свою знаменитую работу «Строение тела и характер». Главная его идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Э. Кречмер провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить четыре конституциональных типа: лептосоматик, пикник, атлетик, диспластик.

1. **Диспластик** — человек с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерный рост, непропорциональное телосложение).

2. **Пикник** — человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывшимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.

3. **Атлетик** — человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерны высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

4. **Лептосоматик** характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой, узкими плечами, длинными и худыми нижними конечностями.

С названными типами строения тела Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента, которые он называет: шизотимик, иксотимик и циклотимик. Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, подвержен колебаниям настроения, упрям, не склонен к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению. В отличие от него иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный, невпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный. Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах.

Теория Кречмера получила наибольшее распространение в Европе.

Такое понимание темпераментов просуществовало до начала двадцатого века, т.е. многие тысячелетия. Только в начале 20 века ученые пришли к выводу, что темпераменты зависят не от «соков», а от энергетики организма, от того, как он накапливает и расходует нервную и гормональную энергию.

### 3. Физиологические основы темперамента

И. П. Павлов, изучая особенности выработки условных рефлексов у собак, обратил внимание на индивидуальные различия в их поведении и в протекании условно-рефлекторной деятельности. Эти различия проявлялись прежде всего в таких аспектах поведения, как скорость и точность образования условных рефлексов, а также в особенностях их затихания. Это обстоятельство дало возможность выдвинуть гипотезу о том, что указанные различия не могут быть объяснены только разнообразием экспериментальных ситуаций и что в их основе лежат некоторые фундаментальные свойства нервных процессов. По мнению Павлова, к этим свойствам относятся сила возбуждения, торможения, их уравновешенность и подвижность.

Павлов различал силу возбуждения и силу торможения, считая их двумя независимыми свойствами нервной системы.

**Сила возбуждения** отражает работоспособность нервной клетки. Она проявляется в функциональной выносливости, т. е. в способности нервной системы выдерживать длительное (или кратковременное, но сильное) возбуждение, не переходя при этом в противоположное состояние торможения.

**Сила торможения** понимается как работоспособность нервной системы при реализации торможения и проявляется в способности к образованию различных тормозных условных реакций, таких, как угасание и дифференцировка.

Говоря об **уравновешенности** нервных процессов, Павлов имел в виду равновесие процессов возбуждения и торможения. Человек является неуравновешенным, когда сила одного из этих процессов превосходит силу другого.

Четвертое свойство нервной системы — *подвижность* нервных процессов — проявляется в скорости перехода одного нервного процесса в другой. Это свойство проявляется в способности к изменению поведения в соответствии с изменяющимися условиями жизни. Мерой этого свойства нервной системы является скорость перехода от одного действия к другому, от пассивного состояния к активному, и наоборот, противоположностью подвижности является инертность нервных процессов. Принято считать, что нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому.

Выделенные Павловым свойства нервных процессов могут образовывать определенные комбинации, которые определяют так называемый тип нервной системы, или тип высшей нервной деятельности. Этот тип складывается из характерной для индивида совокупности основных свойств нервной системы — силы, уравновешенности и подвижности, соотношения процессов возбуждения и торможения. По мнению Павлова, существует четыре основных типа нервной системы, которые близки к типам темперамента, выделенным Гиппократом. Из-за различий в проявлении силы нервных процессов различаются сильные и слабые типы, которые, в свою очередь, могут подразделяться на уравновешенные и неуравновешенные. При этом неуравновешенный тип характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. И наконец, сильные уравновешенные типы делятся на подвижные и инертные.

Выделенные Павловым типы нервной системы не только по количеству, но и по основным характеристикам соответствуют четырем классическим типам темперамента: сильный, уравновешенный, подвижный тип — сангвиник; сильный, уравновешенный, инертный тип — флегматик; сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения — холерик; слабый тип — меланхолик.

*Таким образом, под типом нервной системы Павлов понимал врожденные и относительно слабо подверженные изменениям под воздействием окружения и воспитания свойства нервной системы. Эти свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента, который является психическим проявлением общего типа нервной системы.*

Каждый человек имеет вполне определенный тип нервной системы, проявления которого, т. е. особенности темперамента, составляют важную сторону индивидуально-психологических различий, проявляющихся в деятельности.

Ролик

Я думаю, что вам непременно захотелось узнать свой тип темперамента.

Тест на выявление типа темперамента (Приложение №1)

#### **4. Психологическая характеристика типов темперамента**

Заполнить таблицу

Психологическая характеристика типов темперамента

Линии сравнения

Х

С

Ф

М

1. Физиологическая основа (тип нервной системы)

2. Познавательная деятельность

3. Движения и речь

4. Эмоции и чувства

5. Личностные качества а) положительные

Вывести после сказки

Б) отрицательные

### **Прием технологии «Развитие критического мышления» «Чтение с остановками»**

Сейчас я расскажу вам сказку о типах темперамента, буду останавливать в некоторых местах. Ваша задача будет продолжить и придумать конец у сказки. (Преподаватель делает остановки в местах, где необходимо дать характеристику темпераментов принцев, предлагая студентам продолжить. В конце организует дискуссию о том, принца какого темперамента выбрала принцесса и почему.)

Итоги: «плюсы» и «минусы» проявлений каждого типа темперамента

### **5. Учёт темперамента детей в учебно-воспитательном процессе**

#### **Прием технологии «Развитие критического мышления» «Мозговой штурм»**

##### **Учет особенностей темперамента в педагогической деятельности.**

1. Выбирается секретарь в каждой группе (который будет все записывать), и ведущий (который будет руководить процессом)
2. В режиме «мозгового штурма» группа отвечает на вопросы 1. , 2 (ниже)
3. Выбираются наиболее подходящие ответы, корректируются.
4. Презентация итогов работы каждой группы по этим вопросам

Вопросы:

1. По каким внешним признакам – вербальным и невербальным можно определить представителя данного темперамента среди учащихся в школе.
2. Как учесть особенности проявлений темперамента в учебном процессе и воспитании детей. Приложение №3

### **III. Фаза рефлексии.**

#### **Прием технологии «Развитие критического мышления» «Синквейн»**

В группах составьте синквейн по типу темперамента.

Правила составления синквейна:

в первой строке: одно слово- тему стихотворения

вторая строка: опишите это слово - тему двумя прилагательными

в третьей строке опишите действие этой темы тремя словами, глаголами

в четвёртой напишите фразу из четырёх слов, которая будет выражать ваше отношение к теме

в пятой строке напишите слово, похожее на первое, но яркое, образное (синоним).

Презентации синквейнов

Обобщение. Итоги урока. Оцените себя по технологической карте урока (Приложение 2)..

Домашнее задание:

Сделать коллаж-стенгазету, в котором отражены существенные характеристики данного темперамента - отразить и положительные и отрицательные стороны. Подготовить презентацию творческой работы.

### **Список литературы:**

1. Вачков И.В. Психология для малышей.-М.: «Педагогика-Пресс», 1996.-216 с.
2. Загашев И.О., Заир-Бек С.И., Муштавинская И. В. Учим детей мыслить критически.-СПб: «Альянс», «Речь», 2003.-192с.

**Тест «Определи свой темперамент»**

Итак, если вы:

1. неусидчивы, суетливы;
  2. не выдержаны, вспыльчивы;
  3. нетерпеливы;
  4. резки и прямолинейны в отношениях с людьми,
  5. решительны и инициативны,
  6. упрямы;
  7. находчивы в споре;
  8. работаете рывками;
  9. склонны к риску;
  10. незлопамятны и необидчивы;
  11. обладаете быстрой, страстной со сбивчивыми интонациями речью;
  12. неуравновешенны и склонны к горячности;
  13. агрессивный забияка,
  14. нетерпимы к недостаткам;
  15. обладаете выразительной мимикой;
  16. способны быстро действовать и решать;
  17. неустанно стремитесь к новому;
  18. обладаете резкими и порывистыми движениями;
  19. настойчивы в достижении поставленной цели;
  20. склонны к резким сменам настроения,
- то вы чистый **холерик**

Если вы:

1. веселы и жизнерадостны;
  2. энергичны и деловиты;
  3. часто не доводите начатое дело до конца,
  4. склонны переоценивать себя,
  5. способны быстро схватывать новое;
  6. неустойчивы в интересах и склонностях;
  7. легко переживаете неудачи и неприятности;
  8. легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам;
  9. с увлечением беретесь за любое дело;
  10. быстро остываете, если дело перестает вас интересовать;
  11. быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую;
  12. тяготитесь однообразием, будничной, кропотливой работой;
  13. общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми;
  14. выносливы и работоспособны;
  15. обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой;
  16. сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке;
  17. обладаете всегда бодрым настроением;
  18. быстро засыпаете и пробуждаетесь; несобранны, проявляете поспешность в решениях;
  20. склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться,
- то вы, конечно, чистый **сангвиник**.

Если вы:

1. спокойны и хладнокровны;
2. последовательны и обстоятельны в делах;
3. осторожны и рассудительны;
4. умеете ждать;
5. молчаливы и не любите попусту болтать;
6. обладаете спокойной, размеренной речью, с остановками без резко выраженных эмоций;
- 7, сдержанны и терпеливы;
8. доводите начатое дело до конца;
9. не растрчиваете попусту сил;
10. строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе;
11. легко сдерживаете порывы;
- 12, мало восприимчивы к одобрению и порицанию;
13. незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес;
14. постоянны в своих отношениях и интересах;
15. медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое;
16. ровны в отношениях со всеми;
17. любите аккуратность и порядок во всем;
18. с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
19. обладаете выдержкой;
20. чувствуете скованность в общении с новыми людьми, то вы, вне сомнения, чистый **флегматик**.

Если вы:

1. стеснительны и застенчивы;
2. теряетесь в новой обстановке;
3. затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми;
4. не верите в свои силы,
5. легко переносите одиночество,
6. склонны уходить в себя;
7. чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
8. быстро утомляетесь;
9. обладаете слабой, тихой речью;
10. невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника;
- 11, впечатлительны до слезливости;
12. чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию;
13. предъявляете высокие требования к себе и к окружающим;
14. склонны к подозрительности, мнительности;
15. болезненно чувствительны и легко ранимы;
16. скрытны и необщительны
17. чрезмерно обидчивы;
18. малоактивны и робки.
- 19, безропотно покорны;
20. стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих, то вы, конечно, чистый **меланхолик**.

## Приложение 2.

Технологическая карта урока по рейтингово-накопительной системе оценивания деятельности студентов.

Оцените себя по 3-ти бальной шкале по данным критериям

1

2

3

Я могу сформулировать определение «темперамент»

Я могу составить характеристику каждого типа темперамента

Я могу составить рекомендации по учету темперамента в учебном процессе

Я могу учитывать особенности темпераментов в общении

Я принял активное и результативное участие в уроке

Мои баллы: