

**Министерство образования и науки Самарской области**  
**Государственное автономное профессиональное образовательное**  
**учреждение Самарской области**  
**«Самарский металлургический колледж»**



**Методическая разработка урока по дисциплине**

**«Общая педагогика и психология»**

**Тема: «Темперамент и выбор профессии»**



## **Содержание**

### **Технологическая карта занятия**

#### **Ход занятия**

1. Этап. Организационный момент.
2. Этап. Актуализация прежних знаний.
3. Этап. Изучение нового материала.
4. Этап. Закрепление нового материала.
5. Этап. Подведение итогов занятия.
6. Этап. Домашнее задание.

#### **Список литературы**

#### **Приложения**

Приложение 1. Презентация

Приложение 2. Опросник Айзенка

Приложение 3. Задания на карточках

## **Технологическая карта занятия**

**Тема:** «Темперамент и выбор профессии»

**Цель:** способствовать формированию представления о темпераменте и личном профессиональном плане, а также объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий.

**Задачи:**

*Образовательные* - познакомить обучающихся с понятием “темперамент”, его типами и свойствами. Раскрыть особенности проявления темперамента в разных видах профессиональной деятельности.

*Развивающие* - сформировать у обучающихся умения анализировать: психические особенности личности, выделять важные особенности поведения личности в профессиональной деятельности.

*Воспитательные* - создать психологический комфорт на уроке, учитывая индивидуальные и возрастные особенности обучающихся, поддерживать их стремление вносить посильный вклад в получение результата.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут

**Тип урока:** комбинированный

**Методы:** Словесный, практический, самостоятельная работа студентов.

**Форма организации:** фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в группах.

**Оборудование:** проектор, экран, компьютер, доска, наглядное пособие.

**Межпредметные связи:** общая психология (Немов Р.С.), управленческая психология.

### **Ход занятия:**

**1. Организационный момент** (отмечаются отсутствующие, время 3 минуты)

**2. Актуализация прежних знаний** (проведение фронтального опроса, время 10 минут). Вопросы:

- Что означает термин способности?
- Для чего необходимо развивать человеку свои способности?
- Положительно или отрицательно влияние способностей человека на развитие цивилизованного мира?
- Можно ли развить в себе способности?
- Передаётся ли способность по наследству?
- Как можно развить в себе коммуникативные способности?
- С помощью чего можно развить в себе интеллектуальные способности?

**3. Изучение нового материала** (время 60 минут). (На доске заранее написана тема и план урока. Устно проговаривается цель и задачи урока, затем педагог объясняет новую тему с использованием слайдов презентации см. Приложение 1).

*Преподаватель:* Для того чтобы правильно выбрать профессию нужно определить:

- свои склонности (это интересы, желания и т.д.);
- свои способности (задатки, тип темперамента);
- состояние здоровья;
- пути и способы получения профессии;
- возможности родителей;
- знать ситуацию на рынке труда.

Многие ребята при выборе профессии совершают ошибки, давайте посмотрим, чего не нужно делать при выборе профессии.

**Ошибка первая:** Выбор профессии «за компанию». Помните, что при выборе будущей профессии следует учитывать свои склонности и способности, а не друзей.

**Ошибка вторая:** Неадекватная самооценка и низкий уровень критичности.

**Ошибка третья:** Предупреждение по поводу престижности профессии. Помните, что профессия престижна сегодня, а завтра может быть отодвинута на последний план.

**Ошибка четвертая:** Отсутствие информации о профессии и как следствие неадекватное представление о ней.

**Ошибка пятая:** Отождествление кого-либо предмета с работой по специальности.

А теперь поговорим об истории учения и современных представлениях о темпераменте.

Слово “темперамент” в переводе с латинского языка означает соотношение частей, соразмерность. Впервые это понятие в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что различия между людьми объясняются соотношением в их теле жидкостей (кровь, лимфа, желчь). 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”).

Темперамент - 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.

Итак, проявление свойств темперамента во многом зависит от условий жизнедеятельности.

Давайте рассмотрим понятия экстраверсии и интроверсии. Существуют психологические различия между экстравертами и интровертами. (см. Приложение №1)

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.

Сейчас мы с вами пройдем тест на определение темперамента (Опросник Айзенка, см. Приложение №2).

*(Проведение тестирования, обработка данных)*

*Преподаватель:* Сейчас я вам расскажу об основных типах темперамента и их свойствах.

**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.** Сангвиник быстро приспособливается 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.

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

Посмотрите на характеристику типов темперамента и решите, какие профессии подходят представителю вашего типа темперамента, а какие - нет, объясните почему. *(Ребята размышляют, высказывают свое мнение)*

Преподаватель: Давайте разберемся, как темперамент проявляется 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, то есть их притязания реалистичнее, чем у сангвиников и холериков, которые чаще их характеризуются нереалистичными (завышенными, заниженными) уровнями притязаний.

*Преподаватель:* А сейчас определите тип темперамента, у ваших героев, которые даны в карточках и объясните, почему. (Обучающиеся делятся на три команды и работают с карточками-заданиями “Проявление темперамента в профессиональных ситуациях”). Задания на карточках (см. Приложение 3)

*Преподаватель:* Как Вы уже поняли, на успешность овладения профессией в определенной степени влияют особенности темперамента, его соответствие условиям профессиональной деятельности. Давайте посмотрим, какие профессии подходят к каждому типу темперамента. (Приложение 1)

*Если вы холерик то, Вам рекомендованы следующие профессии:* телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель, хирург, летчик, диспетчер, водитель, тренер, менеджер, строитель, режиссер, повар, следователь, геолог, электрик и т.д.

*Если вы сангвиник то, Вам рекомендованы следующие профессии:* менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и т.д.

*Если вы флегматик то, Вам рекомендованы следующие профессии:* механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.

*Если вы меланхолик то, Вам рекомендованы следующие профессии:* деятель искусств, художник, швея-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, ветеринарный врач, геолог, агроном, зоотехник, бухгалтер, специалист по машинописи, слесарь, токарь, радиомеханик и т.д.

#### **4. Закрепление материала (время 7 минут).**

*Преподаватель:* А теперь, закрепим нашу тему, обратите внимание на экран, здесь представлены люди, которые ведут себя в соответствии со своим темпераментом. Вопрос: Какой тип темперамента выражен у каждого из



персонажей. *(Приложение 1) (Ребята вместе с педагогом определяют тип темперамента)*

**5. Подведение итогов занятия, выставление оценок** (время 7 минут)

Итак, особенности темперамента необходимо учитывать при выборе профессии, но не следует путать темперамент с характером. Доброта и жестокость, трудолюбие и лень, аккуратность и неряшливость – все это черты характера, которые не заложены от природы, а формируются на протяжении всей жизни. Умным или глупым, честным или лживым, талантливым или бездарным может быть человек с любым темпераментом. Успешность человека зависит не от его темперамента, а от способностей, знаний, навыков и направленности личности.

В целом урок прошел успешно, так как были задействованы все обучающиеся группы. *(Выставление оценок по результатам работы студента на протяжении всего урока)*

**6. Домашнее задание** (время 3 минуты): Подготовить материал в виде письменной работы, задание которой, определить тип темперамента у каждого члена семьи и выяснить соответствует ли тот вид деятельности, который выбрали члены семьи с их темпераментом.

### **Список литературы:**

1. О.Д. Волкогонова, А.Т. Зуб Управленческая психология. – М: ФОРУМ – ИНФА-М, 20011 г.
2. В.В. Горанчук Психология делового общения и управленческих воздействий. СПб: изд. Дом «НИВА», М: ИНВЕСТ 2010 г.
3. Р. С. Немов Психология: В 1 кн.- 1-е изд.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000 г.
4. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003. – (Материалы для специалиста образовательного учреждения).
5. В.А. Соснин, Е.А. Красникова Социальная психология, Учебник – М: Форум ИНФА, М, 2004 г.
6. Шеламова Г.М. Этикет делового общения: Уч. пособие для нач. проф. образования.- М.: Издат. центр «Академия», 2009-192с.

### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.devchatam.ru/prof>
2. <http://pedsovet.org>

## Тест-опросник Айзенка по определению темперамента

С помощью методики Айзенка определяют экстраверсию (направленность личности на внешний мир) и нейротизм (результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения) – свойства, лежащие в основе темперамента.

В опроснике Айзенка 57 вопросов. На них необходимо ответить "да" или "нет".

Полученные результаты сопоставляют с ключом, в котором есть три шкалы: экстраверсия – интроверсия; нейротизм, шкала лжи.

Принадлежность к типу темперамента выявляется при помощи системы координат, на которой отмечаются результаты по шкале "нейротизм" и шкале "экстраверсия".

Личностный опросник состоит из двух форм "А" и "В", что дает возможность повторного испытания. Опросники содержат по 57 вопросов. Ответы на них только "Да" или "Нет".

### Инструкция

Вам будет предложено несколько вопросов об особенностях вашего поведения в различных условиях и ситуациях. Это не испытание ума или способностей, поэтому нет ответов хороших или плохих. Мы заинтересованы в правдивых ответах. Содержание отдельных вопросов не анализируется, важен только итоговый результат. На вопросы следует отвечать поочередно, не возвращаясь к предыдущим ответам. Работайте быстро, не тратьте слишком много времени на обдумывание ответа – наиболее интересна ваша первая реакция. На вопрос можно ответить "да" или "нет". Выбранный вами ответ на каждый вопрос следует отметить в бланке для ответов. Не пропускайте какого-либо вопроса. Начинайте!

Текст опросника (вариант А).

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, одобрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если вам это невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не затрачиваете ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины на это не было?
10. Верно ли, что "на спор" вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам не хотелось делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда вы чувствуете сильную вялость?

20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких людей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли тем же?
23. Считаете ли вы свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?
26. Можно ли сказать, что часто у вас нервы бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы за человека веселого и живого?
28. После того, как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Что вы предпочитаете, если хотите что-либо узнать: найти это в книге или спросить у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и "ужасах", которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?

41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или встречу с кем-то?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-либо боли?
46. Огорчились бы вы, если бы не смогли долго видаться с друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков, или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Из этих 57 вопросов 9 представляют шкалу надежности (лжи). 3 из них положительные (ДА), 6 – отрицательные (НЕТ). Например, шестой вопрос – испытуемый отвечает «ДА» (всегда исполняю), такой ответ, безусловно, не соответствует действительности, т. к. нет человека, который всегда бы исполнял невыгодное для него обещание.

Ненадежный ответ на 5 вопросов из 9 (более 50%) в шкале надежности означает, что остальные ответы ненадежны, поэтому проведенный опыт непригоден.

Для заполнения опросника испытуемому дается 10 минут, время по секундомеру. Время можно продлить, но это обстоятельство должно быть принято во внимание при оценке.

На заполнение опросника много времени затрачивают сдержанные, внутренне конфликтные субъекты, налаживающие контакт с внешним миром не непосредственно, естественным ритмом, а на основе акта напряженной объективации.

Ключ:

**ЭКСТРАВЕРСИЯ:**

"ДА" на №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53,

"НЕТ" – №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51. (Ответ "ДА" на вопросы этой нумерации - показатель интроверсии.)

**НЕЙРОТИЗМ:**

"ДА" – №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

**ШКАЛА ЛОЖНЫХ ОТВЕТОВ:**

"ДА" – №№ 6, 24, 36;

"НЕТ" – №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.

### **Задания на карточках**

1. Светлана считается 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.
2. Андрей работает программистом. Все время 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.
3. 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.