

# Задачи о влиянии темперамента

Т.А. Курдай

**Имя задачи:** Задача о влиянии темперамента на профессиональное самоопределение.

**Автор:** Курдай Татьяна Алексеевна, учитель ОБЖ, педагог дополнительного образования средней школы № 19 г. Калининграда.

**Предмет:** Курсы по выбору «Я выбираю профессию».

**Класс:** 9.

**Тема:** Влияние темперамента на профессиональное самоопределение.

**Профиль:** Общеобразовательный.

**Уровень:** Общий.

**Текст задачи.** Темперамент — это постоянные и устойчивые индивидуально неповторимые свойства личности, определяющие динамику психической деятельности независимо от её содержания. Темперамент — это, прежде всего, человеческая индивидуальность, её природная основа, с которой человек рождается и которая мало изменяется в течение его жизни. Считаете ли вы, что природные особенности

(темперамент) необходимо учитывать при выборе профессии? Если да, то к чему может привести их игнорирование?

а) Выделите ключевые слова для информационного поиска.

б) Найдите необходимую информацию.

в) Обсудите и проанализируйте собранную информацию.

г) Сделайте выводы.

д) Сравните ваши выводы с выводами известных людей.

## Возможные информационные источники

1. Жарков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе: Кн. Для учащихся. М.: Просвещение, 1991.

2. Климов Е.А. Как выбирать профессию: Кн. для учащихся ст. классов сред. шк. 2-е изд., доп. и дораб. М.: Просвещение, 1999.

3. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. М.: Учебный центр «Перспектива», 2002.

4. [www.fos.ru/history/14774](http://www.fos.ru/history/14774).

## Культурный образец

Жарков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе: Кн. для учащихся. М.: Просвещение, 1991.

Зная свои возможности, особенности темперамента, нетрудно определить, в какой области у вас успешнее пойдут дела. Затем, опираясь на свои сильные стороны и развивая слабые, можно быстрее добиться успеха.

Если на первом месте вашей приоритетной формулы стоит С

(сангвиник), то это позволяет предположить, что вам будет сопутствовать успех в сфере организации и управления.

Руководителю высокого ранга, принимающему важные стратегические решения, в первую очередь необходимы флегматические черты.

М (меланхолик) означает, что человек мало приспособлен для самостоятельной управленческой работы. Ему больше подходит работа точная, пусть и кропотливая, но зато не требующая инициативы.

Преобладание холерических черт сулит успех в работе, где ценятся напор и безудержность.

*Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. М.: Учебный центр «Перспектива», 2002.*

Игнорирование природных особенностей при выборе профессии

может привести к потере интереса к работе, к перегрузкам.

### Методический комментарий

Решая эту задачу, ученики находят значения понятий «темперамент», «профпригодность», дополнительно, отталкиваясь от текста задачи, знакомятся с типами темперамента, получают новую информацию о психологических методиках по определению типа темперамента. Анализируя полученную информацию, они знакомятся с советами специалистов и рекомендациями психологов, которые могут помочь соотнести свой «темпераментный портрет» с выбранной профессией, делают вывод, что все варианты темперамента — норма, следует просто знать себя, уметь «подкрашивать» свой темперамент, и тогда особенности личности будут приносить и себе, и окружающим не огорчения, а радость.

### Имя задачи: Учёт темперамента в семейной жизни.

**Автор:** Курдай Татьяна Алексеевна, учитель ОБЖ средней школы № 19 г. Калининграда.

**Предмет:** ОБЖ.

**Класс:** 11.

**Тема:** Культура брачных взаимоотношений.

**Профиль:** Общеобразовательный.

**Уровень:** Общий.

**Текст задачи.** Для успешной семейной жизни большое значение имеет как физиологическая гармония, так и психологическая совместимость. Совместное проживание ста-

вит перед людьми многие проблемы, которые связаны не только с воспитанием и оценкой окружающей действительности, но и с темпераментом — складом высшей нервной деятельности, который обусловлен наследственностью. Из этого определения видно, что изменить темперамент человека чрезвычайно трудно.

Темперамент накладывает определённый отпечаток на поступки и поведение супругов в семейной жизни. Хотя это поведение не фатально предreshено, однако вполне можно предугадать, как будут вести себя в

тех или иных условиях лица с разным темпераментом: холерики, флегматики, сангвиники, меланхолики.

Попробуйте смоделировать поведение человека с тем или иным темпераментом в семейной жизни. Конечно, весьма схематично, ибо в чистом виде эти типы высшей нервной деятельности встречаются нечасто.

а) Выделите ключевые слова для информационного поиска.

б) Найдите необходимую информацию.

в) Обсудите и проанализируйте собранную информацию.

г) Сделайте выводы.

д) Сравните ваши выводы с выводами известных людей.

### **Возможные информационные источники**

1. *Ходаков Н.М. Молодым супругам. 6-е изд. стереотипное. М.: Медицина, 1990*

2. <http://www.kid.ru/problems/289.php3>

### **Культурные образцы**

*Ходаков Н.М. Молодым супругам. 6-е изд. стереотипное. М.: Медицина, 1990.*

*Меланхолик* обидчив и болезненно чувствителен. Ему кажется, что его хотят обидеть, унижить; у него тихий голос; жизненные невзгоды и неприятности он воспринимает как трагедию. Он любит вспоминать прошлое, которое кажется ему лучше настоящего, о будущем думает с тревогой. Часто жалуется на жизнь, которая не удалась, неуспехи в работе, болезни. Любой резкий разговор

между супругами он долго переживает, мучается; ему кажется, что его специально хотели обидеть и оскорбить.

*Флегматик* сохраняет невозмутимость даже в самых сложных ситуациях, однако переживает всё внутри себя: на лице у него нельзя прочесть ничего. Он консервативен, привычки меняет редко, имеет мало знакомых и друзей, с людьми сходится с трудом, но на верность его можно положиться. Он трудолюбив, настойчив в достижении цели, обстоятелен, часто однолюб. Во время семейных ссор сохраняет невозмутимость, но помнит о них долго.

*Холерик* активен, настойчив, чуток, однако эти качества у него непостоянны. Часто невыдержан, нетерпелив; самообладание выражено слабо. Поставленной цели добивается иногда, не останавливаясь ни перед чем. Смены настроения так часты, что трудно предугадать, как он поступит через минуту-другую. Может нагрубить, оскорбить, но затем быстро отходит. Глубоко переживает свою несдержанность, просит прощения. Такая неустойчивость поведения ведёт к частым ссорам в семье.

С *сангвиником* жить в семье спокойно и весело. Он энергичен, работоспособен, трудолюбив, активно участвует в ведении домашнего хозяйства — для него это не проблема. В обществе ведёт себя спокойно и уверенно, легко сходится с людьми, на мелочи не обижается, жизнь оценивает «по большому счёту», любит юмор. Сангвиник не копается в прошлом и не слишком задумывается о будущем — он живёт настоящим днём. Во время семейных конфликтов ведёт себя спокойно, осторожно,

не пытаюсь обидеть партнёра. Легко приспосабливается к окружающей обстановке.

В чистом виде темперамент встречается нечасто. В большинстве случаев налицо черты двух и более темпераментов. В каждом человеке уживаются самые противоположные черты, но всё же какой-либо один темперамент преобладает.

При создании семьи различия в темпераментах нельзя недооценивать. Представим, что семейную жизнь начали холерик и меланхолик. Вероятнее всего, холерик со своим неустойчивым и несдержанным характером уже в самое первое время так разобидит партнёра, а партнёр так глубоко будет переживать эти обиды, что ничего хорошего ожидать не приходится. Или представим, что муж и жена меланхолики — это будет скучная и серая жизнь, вся в заботах о своём здоровье, с уходом в болезни. Ну, а если оба — холерики? Можно не сомневаться, что будут не только ссоры, но и драки.

Наиболее удачным сочетанием для семейной жизни будут такие темпераменты как сангвиник и меланхолик, флегматик и холерик, сангвиник и холерик. С сангвиником партнёр с любым темпераментом может успешно жить, ибо сангвиник найдёт возможность приспособиться к партнёру, настроит семейную жизнь на нужный лад.

Темперамент тесно связан с поступками и поведением человека. Именно темперамент диктует поведение. Нередко интеллигентные женщины, ведущие себя на людях чрезвычайно скромно и целомудренно, проявляют с любимым мужчиной полную расторможенность и обладают

широким диапазоном приемлемости поступков. Конечно, это происходит лишь в тех случаях, когда женщина уверена, что мужчина поймёт её и правильно оценит её поведение. В противном случае эта женщина, почувствовав осуждение или недоумение мужчины, замкнётся, станет скованной — и путь к дисгармонии открыт.

### ***Особенности темперамента и конфликты в семье***

Каждый тип темперамента связан с определённым поведением человека, проявляется в его действиях и поступках. Сочетание различных типов темперамента может послужить причиной постоянных конфликтов в семье. Рассмотрим все типы.

#### *Холерик*

Это легко увлекающийся человек, с бурными эмоциональными проявлениями. Энергично берётся за любое дело, но быстро остывает. Быстро двигается, быстро действует. Не может долго заниматься однообразной работой. Часто способен отвлекаться, переключаться с одного дела на другое.

Холерик не может слушать спокойно и внимательно собеседника. Способен прервать разговор, вмешиваться в разговор других людей. Говорит громко и быстро. Способен в порыве гнева накричать на собеседника, оскорбить его, но быстро успокаивается и как ни в чём не бывало может начать снова разговаривать с человеком, с которым недавно отчаянно ругался. Холерик в любом деле хочет получить быстрый результат. Также ему обязательно нужен успех. Если этого

не происходит, холерик может отключиться и выполнять работу кое-как.

Быстро учится новому делу. Энергичен, упорно стремится к цели, может легко и быстро справляться с заданием, смысл которого ему понятен и интересен конечный результат.

У холерика часто меняется настроение, он может быть невыдержанным и вспылить по пустяковому поводу. Если ему кто-то пытается в резкой форме указывать на ошибки, он начинает злиться, скандалить. Если такой человек чувствует, что скандалом можно добиться удовлетворения своих потребностей, он будет стремиться к ним и специально устраивать ссоры.

#### *Флегматик*

По характеру спокойный и уравновешенный. В конфликтных ситуациях невозмутим и молчалив. Его душевное состояние нелегко понять и невозможно почувствовать. Он крайне редко сам бывает инициатором конфликта. Производит впечатление «толстокожего». Часто не умеет общаться, медлителен в обществе и дома. При ограничении времени на работу не достигает успеха. Если такого человека ругать за медлительное поведение и наказывать за это, он начнёт чувствовать себя ущербным и верить, что не способен к деятельности. Так развивается неуверенность в своих силах и усугубляется настрой на неуспех. При принуждении такие люди начинают верить, что они хуже всех справляются с заданием. Вся деятельность превращается в безрадостную обязанность, причиняющую постоянные страдания.

Флегматики старательны, добросовестны. Их трудно включить в ра-

боту: такой человек долго обдумывает, прикидывает, медленно приступает к труду. Но если он берётся за дело, то обязательно доводит его до конца и действует со рвением, прилежанием. Но его нельзя обвинять в медлительности, нельзя подгонять в работе. Такого человека труднее убедить в изменениях, производимых в работе, также он сложнее понимает новшества в его деле. Поэтому взаимодействие с ним требует терпения и выдержки.

Флегматик надёжен в любом деле. За работу, которую ему поручили, можно быть спокойным. Но он быстро теряет веру в себя, поэтому часто становится неудачником, не подготовленным к творческой деятельности. Флегматики всегда консерваторы. Они стремятся сохранить сложившийся стиль и условия жизни. Часто бояться перемен. Флегматик не способен к бурному проявлению чувств. Его отпугивают резкие перепады настроения, хотя он способен к преданной и сильной любви. Флегматик любит находиться в одиночестве: никто не мешает ему думать, не торопит, не отвлекает. Он освобождается от отрицательных эмоций, которые вызывают люди, не считающиеся с особенностями его темперамента. Положительные качества, которыми обладают флегматики: трудолюбие, аккуратность, добросовестность, терпение, воля, выдержка, усидчивость.

#### *Меланхолик*

Впечатлительный, ранимый, глубоко переживающий обиды человек. Он часто замкнут, застенчив, стеснителен, необщителен. Когда меланхолик расстроен, он может совершить

непредсказуемый поступок. В стрессовых ситуациях у такого человека парализуется воля, он становится скованным, порой неменяемым. Плохо контролирует своё поведение в этом состоянии. Часто у таких людей развиваются подозрительность, боязнь общения, стремление к одиночеству.

При обиде очень волнуется. Нередко у меланхолика занижена самооценка. Не любит изменений в своей жизни, так как боится, что люди вызывающе будут вести себя с ним, нанесут ему обиды. Люди такого темперамента чувствуют себя комфортнее, увереннее, если окружающие не высказывают недоброго отношения. В такой обстановке они бывают активны, энергичны, достигают значительных результатов в деятельности. Их надо оберегать от психических травм.

Боязнь обид и упреков вызывает у меланхолика потребность добросовестно и эффективно работать. Сам никогда не будет искать повода для ссоры, не станет провоцировать конфликт, так как нуждается в обстановке, лишённой психотравмирующих факторов.

#### *Сангвиник*

Энергичный человек. Подвижный и в то же время уравновешенный, спокойный, он часто улыбается, действует открыто и доброжелательно. Сангвиник — оптимист, он страстно любит жизнь во всех её проявлениях. Всегда чем-либо занят, не сидит без дела. Часто занимается любимым делом, т.е. имеет хобби, которому уделяет свободное время.

Такой человек часто — душа компании, он коммуникабелен, легко сходится с людьми. Всегда может увле-

чённо рассказывать о своих интересах, полагая, что это будет интересно окружающих. К неудачам относится легко, часто не конфликтует, но может высказать претензии, если почувствует, что его ущемляют в деле, которое его интересует. Иногда слушает только себя, не обращая внимания на упреки супруга. Считает, что это пустяки.

Типы темперамента нельзя разделять на положительные и отрицательные. Тем более, что людей с чистыми темпераментами не бывает, и в процессе взросления людей их темпераменты подвергаются изменениям. Но знание темперамента позволяет понять поведение вашего партнёра в семье, помогает правильно выбрать средство общения. Определённый тип темперамента, также можно сделать прогноз относительно особенностей взаимоотношений, скорректировать поведение супругов. Например, если оба флегматики, жизнь обязательно будет стабильной. Такие пары редко разлучаются, разводятся. В таких семьях редко случаются конфликты. Но они часто могут находиться в состоянии холодной войны, поэтому необходимо избегать затяжных недомолвок.

Если же только один из супругов флегматик, а другой холерик или сангвиник, то конфликт может возникнуть из-за того, что флегматик не способен бурно проявлять чувства и его могут отпугнуть бурные ласки супруга с другим типом темперамента. И тогда возникают упреки в недостаточной любви и безразличии к супругу. Такие упреки несправедливы и приводят только к усугублению конфликта. Нужно скорректировать поведение обоих супругов, найти компромисс.

Если оба супруга холерики, можно ожидать конфликтной ситуации в семье. Если же только один из супругов холерик, а другой — флегматик, то вспыльчивость и нетерпение одного могут натолкнуться на выдержку и ровное настроение другого. Холерик успокаивается, и ссора не возникает. Хотя в зависимости от обстановки может сорваться, накричать. При взаимопонимании супругов этого не происходит. Если оба супруга меланхолики, ситуация может осложниться тем, что они будут глубоко переживать события, которые происходят вокруг них. Если же меланхолик сталкивается на семейном поле с холериком или сангвиником, их резкое или невнимательное слово может привести к охлаждению отношений между супругами. Необходимо быть осторожными в своих высказываниях.

Сангвиники относятся к жизни довольно легко. Это может привести к конфликтам на почве ревности, а также может возникнуть обида из-за кажущегося лёгкого отношения к чужим проблемам.

Конечно, эти сочетания лишь приблизительные, так как на темперамент накладывает отпечаток воспитание. Поэтому не стоит делать выбор по этой таблице, она приведена лишь для того, чтобы определить, в каких семьях по причине несоответствия темпераментов чаще могут возникать конфликты.

### Методический комментарий

Решая эту задачу, ученики находят значения понятий «темперамент», «психологическая совместимость», дополнительно, отталкиваясь от текста задачи, знакомятся с типами темперамента (холерик, флегматик, меланхолик, сангвиник), получают новую информацию о психологических методиках по определению типа темперамента. Анализируя полученную информацию, они знакомятся с советами специалистов и рекомендациями психологов, которые помогут сохранить мир и лад в семье на долгие годы.

### Возможные благоприятные и неблагоприятные союзы

Женщина	Мужчина			
	Холерик	Флегматик	Меланхолик	Сангвиник
Холерик	–	+	–	+
Флегматик	+	+	+	+
Меланхолик	–	+	–	+
Сангвиник	+	+	–	+

«+» — положительные (благоприятные), «-» — отрицательные (неблагоприятные).