**Конспект классного часа в 8 класса. Тема: Знакомый незнакомец (Темперамент)**

**Цели:**познакомить с типами темпераментов, определить ведущие типы и особенности их проявления; выработать правильное восприятие и понимание людей с разными темпераментами.

**Оборудование:**

1. Таблица с кратким описанием темперамента.

2. Вопросники для определения типа темперамента.

**Ход классного часа**

**1. Разминка в виде игрового тренинга «Интервью».**

Цель разминки - установить доверительную атмосферу.

**Условия проведения:** у каждого обучающегося все желающие берут интервью. Задают вопросы такого характера:

• Любишь ли ты стихи?

• Твой любимый цвет.

• Твое любимое изречение.

• Если бы тебе предложили в фильме «Три мушкетера» сыграть роль, кого бы ты выбрал?

• Есть ли у тебя хобби?

• Какое твое любимое имя?

• Чего ты больше всего боишься?

• Что ты больше всего ценишь в людях? И т. д.

Каждому следует задавать не более 5-7 вопросов. Отвечать можно с любой степенью откровенности: с полной откровенностью, с частичной, а можно вообще в «маске» - «будто не про себя, а про другого». Важно помнить, что это условие обязательно, так как оно снимает психологический барьер у участников встречи. Интервьюировать можно по 3-4 человека.

**2. Ознакомление с понятием темперамент.**

После разминки классный руководитель знакомит с понятием «темперамент» и дает психологическую характеристику его типов.

**Темперамент** - совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны ее деятельности и поведения.

Свойства темперамента - это наиболее устойчивые индивидуальные особенности, сохраняющиеся многие годы, часто всю жизнь. В зависимости от силы нервных процессов, их уравновешенности и подвижности выделяют четыре типа темперамента: холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический.

*Холерик* отличается высокой реактивностью и активностью. Он способен отдаваться делу с исключительной страстью, но не уравновешен, склонен к бурным эмоциональным вспышкам, резким сменам настроения. Имеет затруднения в переключении внимания.

*Сангвиник*- человек живой, подвижный, быстро отзывается на окружающие события, легко переживает неудачи и неприятности. У него живая мимика, выразительные движения. Быстро сосредоточивает внимание. Очень энергичен и работоспособен, легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке.

*Флегматик*- малоэмоционален, невозмутим, со слабым внешним выражением душевных состояний. Отличается работоспособностью, выдержкой, терпеливостью, самообладанием. Медленный темп движений и речи. Находчив, медленно сосредоточивает внимание, с трудом сходится с новыми людьми.

*Меланхолик*- отличается повышенной чувствительностью. Он склонен глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне вяло реагирует на окружающее, обладает легко отвлекаемым и неустойчивым вниманием. Неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его «опускать руки».

После характеристики типов темперамента учитель разъясняет, что «чистых» типов, как правило, почти не бывает, чаще встречаются сочетания признаков двух, трех, а то и всех четырех типов, что все их особенности применительно к общению имеют свои плюсы и минусы. Это ставит перед каждым человеком задачу, как лучше использовать данные природой плюсы и как компенсировать минусы.

Затем учащимся демонстрируется таблица с кратким описанием характеристик разных типов темпераментов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тип темперамента** | **Положительные характеристики** | **Отрицательные характеристики** |
| Холерик | Энергичность, увлеченность, трудоспособность, целеустремленность | Горячность, невыдержанность, нетерпеливость |
| Сангвиник | Мобильность, оптимизм, трудоспособность | Изменчивость настроения, легкомыслие, поверхностность |
| Флегматик | Устойчивость, постоянство, терпеливость, надежность | Медлительность, некоммуникативность |
| Меланхолик | Высокая чувствительность, мягкость, доброжелательность | Неуверенность в себе, мнительность, неустойчивость внимания |

**3. Определение типа темперамента учащимися у самих себя.**

Самым интересным для учащихся является определение преобладающего типа темперамента у самих себя.

Подросткам раздаются вопросники с показателями темпераментов. Рядом необходимо проставить «+» или «-» в зависимости от наличия или отсутствия данного показателя.

1) Вы спокойны и хладнокровны?

2) Последовательны и обстоятельны в делах?

3) Осторожны и рассудительны?

4) Вы умеете ждать?

5) Молчаливы и не любите болтать попусту?

6) Как вы говорите: спокойно, размеренно, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики?

7) Вы сдержанны и терпеливы?

8) Доводите ли вы начатое дело до конца?

9) Вы не растрачиваете попусту сил. Так ли это?

10) Придерживаетесь ли вы выработанного распорядка жизни, системы в работе?

11) Легко ли сдерживаете порывы?

12) Насколько восприимчивы к одобрению и порицанию?

13) Можно ли утверждать, что вы незлобливы и проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес?

14) Вы постоянны в своих отношениях и интересах?

15) Вы медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одной работы на другую?

16) Ровны ли вы в отношениях со всеми?

17) Любите ли аккуратность и порядок во всем?

18) Вы с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке?

19) Можно ли сказать, что вы инертны, малоподвижны, вялы?

20) Обладаете ли вы выдержкой?

21) Вы веселы и жизнерадостны?

22) Энергичны и деловиты?

23) Как часто вы не доводите начатое дело до конца?

24) Способны ли вы быстро схватывать новое?

25) Ваши интересы и склонности неустойчивы?

26) Легко ли вы переживаете свои неудачи и неприятности?

27) Легко ли вы приспосабливаетесь к разным обстоятельствам?

28) Склонны ли вы переоценивать себя?

29) С увлечением ли вы беретесь за новое дело?

30) Вы быстро остываете, если дело перестает вас интересовать?

31) Вы быстро включаетесь в новую работу и переключаетесь с одной работы на другую?

32) Вы тяготитесь однообразием, будничной работой?

33) Вы общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми людьми. Так ли это?

34) Вы выносливы и работоспособны?

35) Вы обладаете громкой, быстрой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой?

36) Сохраняете ли вы самообладание в непредвиденных ситуациях?

37) У вас всегда бодрое настроение?

38) Вы быстро просыпаетесь и засыпаете?

39) Часто ли вы бываете несобранны, проявляете поспешность в решениях?

40) Склонны ли вы отвлекаться?

41) Вы неусидчивы, суетливы?

42) Невыдержанны, вспыльчивы?

43) Нетерпеливы?

44) Резки и прямолинейны в отношениях с людьми?

45) Решительны и инициативны?

46) Упрямы?

47) Находчивы ли вы в споре?

48) Вы работаете урывками?

49) Склонны ли вы к риску?

50) Вы незлопамятны и необидчивы?

51) Вы обладаете быстрой, страстной, со сбивчивой интонацией речью?

52) Вы неуравновешенны и склонны к горячности?

53) Можно ли вас назвать агрессивным забиякой?

54) Нетерпимы ли вы к недостаткам?

55) Обладаете ли вы выразительной мимикой?

56) Способны вы быстро действовать и решать?

57) Стремитесь ли вы неустанно к новому?

58) Вы обладаете резкими, порывистыми движениями?

59) Настойчивы ли вы в достижении поставленной цели?

60) Вы склонны к резким сменам настроения?

61) Вы стеснительны и застенчивы?

62) Теряетесь ли вы в новой обстановке?

63) Затрудняетесь ли вы устанавливать контакт с незнакомыми людьми?

64) Вы не верите в свои силы?

65) Вы легко переносите одиночество?

66) Чувствуете ли вы подавленность и растерянность при неудачах?

67) Склонны ли вы уходить в себя?

68) Быстро ли вы утомляетесь?

69) У вас тихая, неторопливая речь?

70) Вы невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника?

71) Вы впечатлительны до слезливости?

72) Вы чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию?

73) Предъявляете ли вы высокие требования к себе и окружающим?

74) Склонны ли вы к мнительности?

75) Вы болезненно чувствительны, легко ранимы?

76) Чрезмерно обидчивы?

77) Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем мыслями?

78) Малоактивны и робки?

79) Безропотны и покорны?

80) Стремитесь ли вызвать сочувствие и помощь окружающих?

Чтобы определить наличие холерического темперамента, нужно число плюсов в ответах 41-60 разделить на общее количество плюсов и умножить на 100%.

Для определения сангвинического темперамента число плюсов на вопросы 21-40 также нужно разделить на общее количество плюсов и умножить на 100%.

Для определения флегматического темперамента число плюсов в вопросах 1-20 разделить на общее количество плюсов и умножить на 100%.

Для определения меланхолического темперамента плюсы на вопросы 61-80 разделить на общее количество плюсов и умножить на 100%.

При 40% и выше выраженность темперамента доминирующая, при 30-40% - достаточно яркая, при 20-29% - средняя, при 10-19% - малая.

**4. Обмен мнениями.**

Заканчивается занятие обменом мнениями о прошедшей встрече.

Автор-составитель: Ольга Анатольевна Ещеркина

<https://ped-kopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/klasnye-chasy-v-5-8-klasah/klasnyi-chas-temperament-8-klas.html>