

Как учитывать тип темперамента ребёнка в общении с ним

Темперамент - это устойчивая характеристика личности, заложенная на физиологическом уровне. Он оказывает значительное влияние на высшую нервную деятельность человека, определяя его реакцию на происходящие события. Тип темперамента обуславливается наследственными факторами и не зависит от воспитания и жизненного опыта.

В жизни темперамент в "чистом виде" (т.е. когда ребенку полностью свойственны черты только одного типа) встречается редко. Чаще же мы наблюдаем смешение черт и, соответственно, образование промежуточных типов. Но даже в этом случае наиболее яркие черты всё равно будут уловимы. Именно на них и стоит обращать внимание.

Ошибочно думать то, что самый "лучший" темперамент - сангвинический, а "худший" - меланхолический. "Плохих" или "хороших" темпераментов не существует. Каждый темперамент, как и любая медаль, имеет две стороны, т.е. **у каждого из них есть как положительные, так и отрицательные черты.** Так же стоит помнить о том, что, несмотря на то, что изменить темперамент невозможно, опираясь на пластичность нервной системы, можно повлиять на его проявления. Меры воспитательного воздействия при этом следует отбирать такие, которые бы противодействовали углублению недостатков темперамента и развивали бы его сильные стороны. **Следует стремиться не подавлять, а управлять типом темперамента ребенка.**



Существует 2 типа темперамента, которые эмоционально стабильны – это флегматики и сангвиники и 2 типа темперамента, которые эмоционально нестабильны – это холерики и меланхолики.

Родителям маленьких холериков рекомендуется: при нарастании эмоционального напряжения ребенка применять отвлекающие приемы. Родителям следует больше наблюдать за поведенческими проявлениями их детей и воздействовать на малыша до того, как он расплчется или сильно разозлится.

Ребенка надо переключить на другое занятие, заинтересовать чем-либо или просто успокоить. Для того чтобы избежать многочисленных конфликтов, вызванных плохим настроением ребенка, родители могут прибегать к добродушному юмору и созданию дружелюбной атмосферы. В минуту, когда ребенок перевозбудился, можно использовать известный прием под названием «тайм-аут» (т.е. небольшая передышка). Смысл приема состоит в следующем. Ребенка уводят в спокойное место, где ему можно сделать легкий массаж, спокойно, ласково, без лишних эмоций поговорить или даже пошептаться с ним или просто помолчать, пока не наступит ощущение покоя.

Таких детей нельзя стыдить в присутствии посторонних, ребенку необходимо помочь научиться держать себя в руках.

Родителям эмоционально нестабильных детей следует учиться контролировать собственные эмоции. Прежде чем сказать что-либо в порыве страсти или гнева, рекомендуется остановиться и сосчитать до десяти или сделать несколько глубоких вдохов, или просто задуматься над тем, помогут ли окрики и нотации.

Детям-холерикам рекомендуется заниматься плаванием, прыжками на батуте, ритмическими танцами. Играми с кеглями, мячами, а также всевозможные подвижные игры под руководством взрослого.

Родителям маленьких сангвиников рекомендуется: играть вместе с детьми в веселые подвижные игры, совместно просматривать диафильмы, сочинять и фантазировать. Можно предложить рвать бумагу и играть с ней, водить хороводы, играть с водой, песком, подушками. Сангвиник быстро переключается с одного занятия на другое, поэтому в арсенале взрослого всегда должны быть разноплановые нескучные игры.

Родителям маленьких флегматиков рекомендуется: развивать фантазию ребенка, предлагать игры-эксперименты, всевозможные мозаики, пазлы, логические игры. А также следующие виды деятельности: лепка из различных материалов, рисование, экспериментирование с красками на ватмане, изготовление поделок, игры с водой, песком.

Родителям маленьких меланхоликов рекомендуется: позаботиться о том, чтобы у ребенка не было эмоциональных перегрузок, чтобы он слишком долго не сидел у телевизора. Ребенок должен знать, что он имеет полное право погрузиться и поплакать - это нормально. В такие минуты можно предложить

ему погулять, почитать ему интересную книжку или дать возможность побыть одному.

Родителям также следует наблюдать за проявлением собственных эмоций, переживаний, чтобы плохое настроение взрослых не передалось малышу. Ребенку-меланхолику лучше иметь в семье очень близкого человека, с которым он мог бы постоянно делиться своими проблемами. Грубое обращение с маленькими меланхоликами неприемлемо.

При общении с ребенком лучше предлагать такие занятия, как рисование, лепка, игры с мягкими игрушками, танцы под спокойную музыку, конструкторы, настольные игры, игры с водой, экспериментирование с красками. Желательно иметь домашнего любимца, так как дети-меланхолики любят животных, которых можно приласкать и погладить.

Особенности детей в зависимости от типа темперамента

Холерик постоянно пребывает в движении, таков его темперамент, и тут уже ничего не поделаешь. Ему постоянно хочется познавать что-то новое, интересное. Уложить спать холерика очень сложно. Активно включается в игры со сверстниками, но нередко потом выступает основным источником конфликтов. Речь быстрая, громкая. Рекомендуется приучать его к спокойным играм, попытаться приобщить к рисованию, лепке, увлечь занятиями с конструктором. Также необходимо исключить из окружения раздражающие факторы: громкая музыка, большие компании и т.д.

Ребенок-холерик любит шумные игры и постоянно находится в движении, он не сидит на месте. Такой ребенок очень трудно засыпает. Он быстро понимает новый материал, но столь же быстро его забывает. Говорит он поспешно и громко, часто горячится, показывает характер. Никогда не узнать, что через минуту придет ему в голову. Такого ребенка нужно увлечь какими-нибудь спокойными занятиями. Снижая его скоростное передвижение, играйте с ним в тихие и спокойные игры.

Темперамент ребенка **сангвиника** сложно не заметить. Он буквально с пеленок заряжает всех позитивом и положительной энергетикой. Дружелюбный, спокойный, не доставляет проблем родителям. Интересуется многими вещами, но быстро переключается с одного вида деятельности на другой. Постоянно заниматься одним делом скучно и неинтересно. Засыпает и просыпается легко и без сопротивления. Чтобы оптимизм и разностороннее увлечение не превратились в легкомыслие, необходимо с самого начала учить сангвиника доводить начатое дело до логического завершения. Также не стоит забывать, что он очень легко попадает под влияние, как положительное, так и негативное.

Ребенок-сангвиник всегда жизнерадостный и общительный. Он прекрасно умеет ладить со всеми: с ровесниками и со взрослыми. Обычно он очень легко засыпает и просыпается. Его внимание легко переключается с одной вещи, которая ему интересна, на другую, поэтому обид он долго не помнит. Такой ребенок обо всем говорит в превосходной степени и при разговоре использует импульсивные жесты. Ребенка-сангвиника нужно научить терпению, умению рассчитывать свои силы, следует воспитывать у него силу воли, потому что он часто увлекается, и его оптимизм может перерасти в легкомыслие.

Ребенка **флегматика** можно определить по характеру любимых игр: как правило, они спокойны, малоподвижны. Темперамент отражается и в восприятии информации – такие дети намного сложнее запоминают новые знания, но зато надолго. Разговаривает медленно, неторопливо. По биоритмам большинство флегматиков совы, поэтому не стоит насильно укладывать ребенка спать, согласно расписанию. Рекомендуется развивать и всячески поощрять проявление инициативы, активности.

Ребенок-флегматик любит малоподвижные спокойные игры. Такой ребенок, как правило, не бывает лидером, он не любит риск. Новый материал он усваивает медленно, но навсегда. Засыпает он быстро, а просыпается с трудом. Флегматик не любит решительных действий и перемен. Покажите ему, что жизнь интересна и прекрасна, растормошите его, заинтересуйте чем-нибудь. Развивайте его интерес к окружающему миру. Играйте с ним в подвижные и эмоциональные игры. Общайтесь с ним и показывайте, что свои чувства нужно проявлять.

Определение ребенка с темпераментом **меланхолика** тоже совсем не сложно. Обычно они впечатлительные, нерешительные, часто могут плакать без каких-то видимых причин. Невзирая на то, что внешне эмоции и чувства проявляются слабо, внутри это отзывчивый чуткий малыш. Очень переживает из-за обид и несправедливости. Пассивен в своем поведении. Нельзя оставлять ребенка наедине с собой, необходимо пытаться организовать игры со сверстниками. Также важно с детства воспитывать в нем самостоятельность и веру в собственные силы.

Ребенок-меланхолик замкнут и малообщителен. Он очень мнителен и сентиментален, он переживает из-за всего. Он довольно быстро устает. Новый материал он усваивает крайне медленно. Уложить его в постель очень тяжело, однако засыпает он после этого достаточно быстро. Просыпается такой ребенок тоже быстро. В садик или в школу он ходить не любит. Меланхолик долго и с трудом привыкает ко всему новому. Учите его решительности и самостоятельности. Учите его видеть хорошее во всем, общайтесь с ним по душам. Не кричите на него и не приказывайте ему, это не поможет.

**Определение типа темперамента.
авторы: Б. С. Волков и Н. В. Волкова**

1. Как ведет себя ребенок в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

- а) Легко включается в работу.
- б) Активно действует.
- в) Действует спокойно, без лишних слов
- г) Действует робко, неуверенно.

2. Как реагирует ребенок на замечания воспитателя?

- а) Говорит, что больше так делать не будет, но через некоторое время делает то же самое.
- б) Не слушает и поступает по-своему, бурно реагирует на замечания.
- в) Выслушивает молча.
- г) Молчит, обижен, переживает.

3. Как разговаривает ребенок с другими детьми в значимых для него ситуациях?

- а) Быстро, с жаром, но прислушивается к высказываниям других.
- б) Быстро, со страстью, других не слушает.
- в) Медленно, спокойно, но уверенно.
- г) С большой неуверенностью.

4. Как ведет себя в непривычной обстановке (в кабинке врача, заведующего)?

- а) Легко ориентируется, проявляет активность.
- б) Активен, проявляет повышенную возбудимость.
- в) Спокойно, рассматривает окружающее.
- г) Робок, растерян.

Выводы.

Если преобладают ответы «а», вы имеете дело с сангвиническим типом;

если «б» — с холерическим;

если «в» — с флегматическим;

если «г» — с меланхолическим типом темперамента.