

Особенности детского темперамента

Возникновение и развитие свойств темперамента происходит постепенно, в соответствии с закономерностями психики ребёнка, с одной стороны, и в соответствии со специфическими особенностями созревания каждого из 4-х типов нервной системы, с другой стороны.

Темперамент – это индивидуальные особенности человека, которые проявляются в определённой возбудимости, эмоциональной впечатлительности, уравновешенности и скорости протекания психической деятельности.

Особенности детского темперамента	Проблемы	Рекомендации для родителей:
Холерик		
<p>Ребёнок возбудимого типа - холерик – имеет сильную, подвижную, неуравновешенную нервную систему с преобладанием процесса возбуждения над процессом торможения. Все реакции ребёнка-холерика носят ярко выраженный характер. Маленький ребёнок проявляет следующие эмоциональные реакции: не просто смеётся, а хохочет, не сердится, а приходит в ярость. У детей этого типа выразительная мимика лица, резкие, порывистые жесты, быстрая, громкая речь; ребёнок стремится воздействовать на то, что видит, переделать окружающую обстановку в соответствии со своими потребностями, желаниями и при этом проявляет завидную энергию, упорству. Дети-холерики любят подвижные игры и занятия, в которых можно проявить себя, стремятся исполнить главную роль в игре, организовать товарищей и руководят ими, пытаются руководить и взрослыми. Все, что требует проявления активности, легко удастся детям этого типа, и наоборот – ситуации, в которых надо сдерживать себя, ограничить свои желания, вызывают у них чувство протеста. Ребёнок с возбудимой нервной системой с трудом засыпает, спит спокойно, но просыпается быстро и сразу же включается в обычный жизненный ритм. Он, за редким исключением, подвижен и деятелен, без конца что-то выдумывает и изобретает, стремится проникнуть в самые запретные места. Кажется, его энергия неистожима: после бурно проведённого дня ребёнок отказывается лечь в постель, требует, чтобы ему рассказывали сказку, пытается затеять игру.</p>	<p>Часто он настолько увлечен очередной своей идеей, что просто не слышит ваших указаний; Задания бросается выполнять, недослушав до конца, все делает быстро, но небрежно, не замечая неточностей и ошибок; С трудом идет на компромисс. Бывает, вспыльчивым и агрессивным не в меру; Излишняя самостоятельность, любовь к риску и склонность к необдуманному поступкам может привести к неприятным приключениям; Холерик очень общителен, но легко может поссориться со всем коллективом сразу и с каждым по отдельности.</p>	<p>Занятия и увлечения. Главное - повернуть эту буйную энергию в нужное русло. Холерикам особенно рекомендуется заниматься подвижными видами спорта - это даст выход стремлению к лидерству, тренировки научат контролировать свои движения, рассчитывать силы. Холерику необходимо много жизненного пространства, чаще бывайте с ним на природе и не забывайте о том, что, предоставленный сам себе, бесстрашный холерик может запросто попасть в неприятное приключение. Лучше уж исследуйте незнакомые места вместе с ним. Чтобы компенсировать излишнюю торопливость и невнимательность, помогите ему осознать, что часто качество гораздо важнее скорости. Ваш девиз - лучше меньше, да лучше! Для укрепления тормозных процессов занимайтесь с ним конструированием, рисованием, ручным трудом, рукоделием. Помните, что вам придется постоянно следить за тем, чтобы он проверял свою работу и доделывал ее до конца. Старайтесь не раздражаться, если он отвлекается, и всячески поощряйте любое проявление старательности и терпения. Учите его проговаривать сначала вслух, потом про себя этапы работы и следовать своему плану.</p> <p>Общение. Особенно важно научить его налаживать отношения в коллективе - вы ведь не можете быть рядом с ним постоянно. Побуждайте ребенка анализировать свое поведение, разбирайте с ним конфликтные ситуации, обсуждайте книги и фильмы, проговаривайте варианты верного поведения. Покажите ему способ выхода накопившихся эмоций - пусть колотит спортивную грушу, бросает в угол подушку: все лучше, чем срывать гнев на людях. Его стремление быть первым тоже можно использовать в мирных целях. Дайте ему роль объясняющего, учителя, и у вас будет хороший шанс, играя на самолюбии лидера, приучить его быть более терпеливым и внимательным. Только не пускайте это на самотек - постоянно подчеркивайте, что опытный человек умеет контролировать свои эмоции и учитывать интересы других людей. Ребенок-холерик любит читать о героических подвигах и приключениях - восхищайтесь выдержкой, терпением и дальновидностью его любимых персонажей, покупайте книги, где герои побеждают именно за счет силы воли и умения ладить с окружающими людьми. Ни в коем случае не стыдите его при всех, не ставьте в пример "хорошего мальчика Васю", это вызовет только злость.</p>

Сангвиники

Дети спокойного типа – сангвиники – с сильной, подвижной, уравновешенной нервной системой. Внешне они похожи на детей – холериков тем, что активны, имеют живую мимику, пользуются жестами, говорят быстро и громко. У ребёнка-сангвиника, как правило, ровное, спокойное, жизнерадостное настроение, без резких переходов, свойственных холерикам. Ребёнок быстро засыпает и легко просыпается, без особых сложностей переходит от подвижных игр к спокойным занятиям, и наоборот. Особенность сангвиников – их лёгкая приспособляемость к любым условиям. Ребёнок охотно выполняет установленный порядок дня, подчиняется любым распоряжениям взрослых, выполняет поручения. Дети этого типа легко вступают в контакт с другими детьми, быстро находят товарищей в любой обстановке, причём могут и руководить, и подчиняться. Сангвиники живо откликаются на все что видят и слышат, задают много вопросов, одновременно интересуются самыми различными явлениями. Ребёнок за короткое время легко осваивается в яслях, в детском саду, период привыкания к детскому саду длится недолго – утром привели в детский сад, а к вечеру он чувствует себя как дома. Общительность, покладистость, жизнерадостность детей располагает к ним взрослых, поэтому иногда за внешней формой поведения могут скрываться первые проявления не очень-то привлекательных черт характера. Из-за того что нервная система сангвиника отличается податливостью, пластичностью, он способен переключаться с одного занятия на другое.

Если вы поручили ему скучную и однообразную работу, он легко "забудет" о ней и займется чем-то более интересным; Если же все-таки займется вашим поручением, то бросит дело, как только ему предложат что-то еще более привлекательное; Не все его многочисленные друзья будут соответствовать привычному для вас кругу людей.

Занятия и увлечения. Сангвиникам тоже необходим подвижный образ жизни, но в спорте они не будут сильно стремиться к результату. Их интересует сам процесс, найдите ему хорошего дружелюбного тренера и не старайтесь сделать из него профессионального спортсмена вопреки его желанию. Родители должны делать основной упор в занятиях на умении сосредотачиваться на выполняемой работе и доводить ее до конца. Конструкторы, пазлы, рукоделие, конструирование моделей и другие игры, которые требуют внимания и тщательности, помогут развить собранность и аккуратность. С сангвиниками можно быть требовательным и, конечно, не следует перегибать при этом палку. Вы вполне можете попросить его переделать заново работу и оценить самому результат. Не стоит поддерживать сангвиника в его стремлении к частой смене деятельности. Помогите ему глубже изучить предмет, которым он занялся. Обычно таким детям важно помочь перешагнуть порожек очередных затруднений, и они с новыми силами примутся за работу. Если этого не сделать, ребенок так и будет бросать очередное увлечение, как только оно потребует от него непривычных усилий. Очень важно поощрять настойчивость таких детей, старательность и целеустремленность и постепенно повышать планку требований, добиваясь устойчивости и результативности. Не позволяйте ему слишком часто пропускать занятия, если он посещает кружок, следите за тем, чтобы он не забывал про "мелочи" в работе, указывайте ему, насколько неряшливо и ненадежно выглядит его изделие, если оно выполнено без соблюдения "ненужных", по мнению ребенка, правил, терпеливо учите его оформлять домашнее задание или рисунок. И, конечно, хвалите его, радуйтесь его успехам, удивляйтесь результатам и рассказывайте, как интересно будет потом, когда он еще больше продвинется в своих занятиях.

Общение. Обсуждайте с ребенком его отношения со сверстниками и близкими людьми, побуждайте его задуматься о том, что в его поведении может обидеть или обрадовать окружающих. Попробуйте заинтересовать его занятиями в театральном кружке. Ваш ребенок - как раз то самое "солнышко"? Тогда простите ему непостоянство - это не порок, а особенность темперамента. Помогите ему подкорректировать свой характер, и он вырастет надежным, устойчивым к стрессам, общительным и успешным человеком

Флегматик

Ребёнок- флегматик – имеет сильную, уравновешенную, но малоподвижную нервную систему. В раннем детстве это спокойный малыш, который много спит, проснувшись - лежит спокойно, редко плачет, редко смеётся. Дети-флегматики трудно засыпают и просыпаются с трудом, после сна остаются некоторое время вялыми. Все реакции таких детей имеют нечёткий характер: смеются негромко, плачут тихо, мимика слабо выражена. Нет лишних движений, жестов. Речь тоже особая – неторопливая, с паузами не только между предложениями, но и между словами. Ему трудно быстро реагировать на любые воздействия, поэтому между вопросом к ребёнку и его ответом следует пауза. Прежде чем начать деятельность, следует период раскачки, внешнего бездействия. Приступив к делу, флегматик способен длительное время им заниматься, не уставая от однообразных, повторяющихся действий. А вот прекратить то, что он начал, ему трудно, особенно в тех случаях, когда ему предстоит заниматься новым, незнакомым делом. Поведение ребёнка-флегматика отличается устойчивостью, его трудно вывести из себя. Привычки, навыки формируются долго, но, сформировавшись, становятся прочными. Поступление в детский сад связано с некоторыми сложностями: ребёнок долго приспосабливается к новому режиму, с трудом расстанется с родителями, не принимает участие в играх детей. Флегматики неуютно себя чувствуют в гостях, неохотно знакомятся с новыми детьми. В привычной обстановке ребёнок без принуждения выполняет правила поведения, справляется с незнакомой работой, любое дело выполняют тщательно и аккуратно.

Пока он будет умываться, завтракать и аккуратно завязывать шарфик, дети в саду уже сядут завтракать. Способен заставить вас неделю читать одну и ту же сказку на ночь, не позволяя изменить в ней ни одного слова; Может нарочно еще медленнее двигаться, чтобы замученный ожиданием родитель вышел из себя и быстренько сделал все сам; Предлагая сыночку или доченьке выбрать новую ручку для школы, готовьтесь к тому, что он пересмотрит весь ассортимент, и все равно вы сделаете выбор за него.

Занятия и увлечения. Не бойтесь доверять ребенку, он достаточно ответственен и основателен, чтобы выполнить порученное дело. Вашим девизом должна стать известная народная поговорка - тише едешь, дальше будешь. Правда, время от времени тормозите не в меру медлительного флегматика, чтобы он окончательно не заснул. Рассказывайте ему интересные новости из окружающего мира, развивайте творческое мышление рисованием, музыкой, шахматами. Его могут заинтересовать те виды спорта, которые не требуют быстрой реакции.

Общение. Крайне важно научить его понимать чувства и эмоции других людей. Разбирайте с ним мотивы поступков его сверстников, родных или любимых героев. Обсуждая, старайтесь, чтобы больше говорил он, а не вы, помогите ему сформировать свое мнение и защищать его, иначе он будет вести себя стереотипно, подстраиваясь под поведение окружающих и заимствуя их точку зрения.

С другой стороны, если вовремя не показать флегматику, что существуют люди с другими взглядами на жизнь, он будет добиваться, чтобы окружающие методично соблюдали все те правила, которые установил для себя он сам. Упрямого зануду – вот кого вы рискуете вырастить, если не научите его терпимости. Такая "белая ворона" может и не расстроиться, если большинство сверстников не общаются с ним. Тех, кто не хочет жить так, как он, флегматик спокойно причислит к категории "неправильных" людей, и не будет переживать из-за отсутствия внимания к своей персоне. Поэтому часто у других людей больше проблем с флегматиком, чем у флегматика с ними.

Помогите ему научиться понимать и принимать взгляды, отличные от его собственных.

Меланхолики

Дети со слабой нервной системой – меланхолики – отличаются повышенной чувствительностью, ранимостью. Слабость нервных процессов не обозначает неполноценности. Просто у этих детей слишком сильная реакция на слабые раздражители: быстро наступает утомление нервных клеток, слабые процессы возбуждения и торможения. Это тип ребёнка, о котором говорят, что его «не видно и не слышно». Он громко не кричит, не смеётся, а улыбается, не просит, а жалобно смотрит на желаемое, малоактивен, предпочитает спокойную деятельность, не требующую движений. Ему не свойственно активно включаться в разговор, демонстрировать свои знания и умения. Он склонен к играм в одиночестве или с товарищем, которого хорошо знает, шумные сверстники его утомляют. Чувства меланхолика глубоки, длительны, но внешне почти не выражаются, что иногда вводит взрослых в заблуждение. Поскольку нервная система не выдерживает длительных раздражителей, дети быстро устают – от шума, от новых людей, от замечаний. Всякий нажим ещё более усиливает усталость. Резкий тон, принуждения подавляют и без того малую активность меланхолика. У детей с трудом формируются навыки, долго не складываются привычки, но все что у них удаётся сформировать, отличается прочностью, надёжностью, устойчивостью и не требует дополнительного контроля. Пассивность, утомляемость, замкнутость, медлительность – основные недостатки ребёнка меланхолика. В то же время они имеют такие ценные свойства, как чувствительность, отзывчивость, устойчивость интересов, привязанностей, привычек.

Делая совершенно невинное замечание, вы получаете поток слез и отчаянное: "У меня никогда ничего не выходит, ни на что я не гожусь"; Вы регулярно получаете порцию жалоб на грубых и невоспитанных мальчишек, язвительных девчонок и скучных учителей.

Занятия и увлечения. Меланхолик с трудом включается в коллективные игры, но, сумев преодолеть себя, с удовольствием веселится вместе со всеми. Помогите ему включиться в игру, научите его знакомиться, прорепетируйте первые фразы, с которыми он подойдет к незнакомым сверстникам. Убедите его, что неудача не делает его хуже остальных. Ваш девиз в общении с меланхоликом - "Людам свойственно ошибаться". Для меланхолика важно постоянно получать поддержку близких людей. Хвалите, хвалите и еще раз хвалите, ищите даже в неудачах позитивные моменты. Например, если что-то не удалось, хвалите его за то, что он вообще решился заняться этим делом. Переключайте его внимание на результат деятельности, а не на оценку. Просите продемонстрировать вам его достижения, восхищайтесь и радуйтесь за него. Подчеркивайте, что вы уверены в его силах и знаете, что он сможет справиться с задачей. Говорите ему об этом, напоминайте о прошлых успехах. Научите его воспринимать ошибку как подсказку к будущим успехам, спокойно разберите без отрицательных оценок, в чем была неудача, и обсудите, как действовать в следующий раз. Поручайте ему дела, с которыми он наверняка справится и результат которых сможет оценить как можно больше окружающих. Это поможет ему набраться уверенности для решения более сложных задач.

Общение. Такие дети чаще всего чувствуют себя "белой вороной" в коллективе и страдают от этого, несмотря на то, что не испытывают большой потребности в общении. Неуверенному в себе меланхолику трудно войти в новый класс, участвовать в общих делах и развлечениях. Постарайтесь стать для него тем самым близким человеком, которому он может довериться. Не разглашайте его тайн, не критикуйте слишком сильно. Философствуйте вместе с ним, обсуждайте ситуации, которые вы наблюдали, демонстрируйте, что вам очень интересно слушать его рассказы о себе, его мысли об окружающем мире. Учите его находить выход из конфликтных ситуаций, отстаивать свое мнение, но ни в коем случае не давите на него.

Если меланхолик чувствует себя уютно в коллективе, он может играть роль мозгового центра, эдакого серого кардинала, и пользоваться уважением за свою выдумку и изобретательность.