

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



«РАЗНЫЙ ТЕМПЕРАМЕНТ – РАЗНЫЕ ДЕТИ»

Темперамент характеризует темп, интенсивность, ритм, скорость психических процессов и состояний. Эти индивидуальные особенности человека врожденны, проявляются достаточно рано и сильно влияют на эмоциональное поведение человека.

Одни дети непоседливы, стремительны и не способны долго усидеть на месте, другие часами играют за столом, перебирая картинки или кубики. Одни никак не реагируют на замечания, другие моментально начинают плакать. Все эти проявления зависят от **темперамента ребенка. Изменить эмоциональные реакции и поведение импульсивного ребенка, переделав его в «тихоню», невозможно**, да и ни к чему — у каждого типа **темперамента** есть свои достоинства и недостатки. **Родителям важно знать сильные стороны темперамента своего ребенка**, чтобы помочь ему адаптироваться, успешно общаться, осваивать новые знания и пр.

ХОЛЕРИК:

Такой малыш быстрый, очень подвижный, с трудом переносит ожидания, у него легко возникают эмоциональные вспышки, настроение неустойчиво (*быстро переходит от радости к гневу*). Ребенок-холерик не выносит монотонной работы, требующей усидчивости и терпения. В то же время он решителен, уверен в себе, настойчив и бесстрашен, любит риск и приключения. Увлечшись каким-либо занятием, заражает им других. *По натуре он экспериментатор.*

Положительные черты: Активность, напористость, решительность, подвижность, эмоциональность.

Отрицательные черты: Повышенная возбудимость, импульсивность, несдержанность, резкость.

Как себя вести родителям

Помните, что для быстрого ребенка очень вредное воздействие оказывает чрезмерное ограничение со стороны **родителей**. Поэтому **направляйте энергию ребенка в полезную двигательную активность. Самое главное** — занять такого ребенка интересным делом.

У такого малыша в течение дня обязательно должна быть интенсивная физическая нагрузка. Спорт хорошо дисциплинирует именно холериков. Организуйте для ребенка щадящий режим: возбуждающие игры, фильмы и т. п. в умеренных дозах и не менее чем за 2 часа до сна. Такого ребенка, увы, нужно контролировать больше, чем других. Предоставленный сам себе, он может попасть в опасную ситуацию. Не следует раздражаться по поводу «неудобного» поведения ребенка, применять к нему такие меры воздействия, как окрики, шлепки, угрозы - от этого он становится еще более неуправляемым. Лучше спокойно приучать его к тем видам деятельности, где требуется терпение: лепка, конструирование, настольные игры, игры с правилами и пр. Учите его исправлять последствия своей импульсивности. Необходимо вырабатывать сосредоточенность, усидчивость - учить соблюдать правила общения (*говорить спокойно, ждать своей очереди, считаться с желаниями других*). Приветствуйте дружбу своего ребенка - холерика с ребенком - сангвиником или флегматиком.

ФЛЕГМАТИК:

Невозмутимый и спокойный, эмоционально сдержанный, усидчивый и дисциплинированный. В выполнении любых заданий чрезвычайно медлительный. В своих интересах достаточно постоянный, легко принимает четкий и жесткий режим дня. Шумных игр такой ребенок не любит, так же как и интенсивного общения со сверстниками. Долго может принимать решения, но, единожды приняв, вряд ли их поменяет.

Положительные черты: Уравновешенность, терпимость, способность к сосредоточению, невозмутимость, самообладание, старательность, аккуратность.

Отрицательные черты: Медлительность, вялость, безучастность к окружающему.

Как себя вести родителям

Вы легко можете доверить ему какое-либо дело: ребенок-флегматик очень ответственен и добросовестен. **Никогда не торопите его** — флегматик от этого начинает действовать еще медленнее. *Нельзя использовать окрики, угрозы, желая заставить действовать быстрее.* **Используйте в воспитании похвалу** - положительное подкрепление является лучшим стимулятором для ребенка - флегматика. Для такого ребенка совершенно неадекватна атмосфера спешки и четкого лимита времени, в этом случае он может «зависнуть», как компьютер. Такому малышу нужно помочь выразить свои **эмоции**: почаще рассказывайте ему о том, что переживают другие люди в различных ситуациях. Чтобы поведение и мышление флегматика не стали стереотипными, давайте ему побольше творческих заданий, которые имеют несколько вариантов решения. Старайтесь выводить его «в люди»: в музей, на выставки, в театр — пусть пополняет свой эмоциональный опыт. Необходимо развивать двигательную активность, коммуникативные навыки. Побуждайте медлительного ребенка к любым проявлениям активности, поощряйте его подвижность. Поддерживайте дружбу своего флегматика с детьми - холериками или сангвиниками, это научит его быть более быстрым.

МЕЛАНХОЛИК:

Такой ребенок эмоционально **очень чувствителен и легко раним**. Любые эмоциональные переживания длятся у него долго и мешают сосредоточиться на каком-либо деле. Меланхолик хорошо чувствует эмоциональное состояние других людей, определяя его по мимике, жестам, интонациям («*Почему дядя такой сердитый?*») или («*Почему этот мальчик злится?*»). Ребенок - меланхолик **очень нуждается в поддержке и похвале близких**, из-за неуверенности в себе трудно идет на контакт со сверстниками, обидчив и настороженно относится ко всему новому. Самая незначительная неприятность может вызвать у него слезы. Меланхолик болезненно реагирует на смену привычного

эмоционального окружения (приход в семью няни, развод **родителей и пр.**, быстро утомляется.

Положительные черты: Высокая чувствительность, высокий уровень самоконтроля, способность к эмпатии.

Отрицательные черты: Неуверенность, замкнутость, боязливость, тревожность.

Как себя вести родителям

Для меланхолика **самым главным является спокойная, доброжелательная психологическая атмосфера дома.** Только ребенка надо постоянно хвалить, демонстрируя веру в его способности. Даже если задание выполнено не очень хорошо, нужно уметь вселить в ребенка уверенность, одобряя саму попытку решить ту или иную задачу. У меланхолика должна быть постоянная возможность переживания успеха от выполнения самых незначительных дел. Нельзя повышать голос, проявлять чрезмерную требовательность, подчеркивать недостатки. Следует говорить мягко, но уверенно, использовать эмоциональную поддержку, высказывать одобрение, необходимо развивать общительность, стремление к активности, умение преодолевать трудности. Чаще проговаривайте положительные моменты, старайтесь отвлечь его от тревожных мыслей. Учите меланхолика делать самостоятельный выбор в привычных жизненных ситуациях (*с какой игрушкой играть, с кем гулять, что надевать и есть и т. д.*).

САНГВИНИК:

Это жизнерадостный, подвижный и легко увлекающийся новой игрой ребенок. **Больше всего он любит** смену впечатлений, редко доводит начатое дело до конца. Такой малыш легко привыкает к незнакомой обстановке, быстро заводит друзей, может быть инициатором **разных детских забав.** Он любознателен и умеет сдерживать свои эмоции. Легко учится, схватывая все на лету, хотя сангвиника больше интересует сам процесс, а не результат.

Положительные черты: Общительность, энергичность, быстрое приспособление к новым условиям, контактность.

Отрицательные черты: Несобранность, небрежность, непостоянство, распыленность интересов.

Как себя вести родителям

Такому ребенку необходимо обеспечить доступ к **разным видам деятельности**, не загружать его неинтересной монотонной работой. Однако следует помочь ему сосредоточиться на выбранном занятии и довести дело до конца, опираясь на такое важное качество сангвиника, как целеустремленность. При этом с такими детьми следует быть требовательными. Иначе, перебрав множество интересных дел, ребенок так ни в чем и не преуспеет. Желательно, чтобы все члены семьи придерживались единой стратегии воспитания. Не следует ограничивать живость и активность ребенка, нужно учить его внимательно относиться к сверстникам, считаться с мнением других, формировать устойчивые привязанности, интересы. Поддерживайте отношения ребенка с одним - двумя друзьями, иначе у него будет много приятелей и ни одного друга