

## О детском темпераменте

Дети с самого рождения отличаются друг от друга своим поведением. Родители, приходя на консультацию к психологу, недоумевают: «Почему мой постоянно кричит, а соседский ребенок такой спокойный?» При прочих равных условиях только что появившиеся на свет малыши, действительно, уже очень разные. И это закономерно – у каждого свой темперамент.

Темперамент – это врожденные свойства нервной системы, совокупность индивидуальных особенностей личности, которые заданы природой. Эти заданные природой свойства личности определяют, насколько активен ребенок, как он реагирует на окружающую жизнь, насколько быстро он способен переключаться на новый вид работы, насколько интенсивно будет проходить его деятельность. Важно знать, что темперамент изменить невозможно, но можно научиться контролировать.

Нет плохих и хороших темпераментов – в каждом типе есть много положительного. Существует четыре основных типа темперамента: холерик, сангвиник, меланхолик и флегматик. Каждому из них присущи свои психологические особенности и их сочетания. Однако, нужно помнить, что так называемые «чистые» темпераменты встречаются редко. Чаще всего в ребенке сочетаются черты разных типов, и можно говорить только о преобладании каких – либо черт.

Родителям важно знать тип темперамента своего ребенка, прежде всего для того, чтобы избежать лишних конфликтов со своими детьми. Очень часто слышишь жалобы мам на то, что ребенок еле-еле одевается, и сколько его не подгоняй, ничего не меняется. Или, наоборот, ребенок настолько подвижный, что к вечеру от него «падает» все семейство.

Давайте рассмотрим «портреты» детей с разным темпераментом.

### Ребенок – холерик.

Вспыльчив, самоуверен и стремителен, мгновенно принимает решения, поэтому его идеи часто не продуманы, но очень интересны. Он всегда знает, чего хочет. Холерик очень подвижен, не переносит долгого ожидания, подвержен резким переменам настроения. Трудно предсказать, как он поведет себя в новой обстановке - реакция может быть самой разной. Его поведение подобно урагану. Ребенок-холерик - это ужасный непоседа и спорщик. Он решителен, настойчив и бесстрашен, может изменить свое решение в последнюю минуту с точностью до наоборот, любит риск и приключения.

Чего не любит ребенок – холерик? Когда ограничивают его активность, требуют от него аккуратного выполнения задания, когда на него кричат, дергают за руку, физически наказывают.

**Рекомендации родителям.** Не запрещайте ребенку быть активным. Не ругайте его за непоседливость и постарайтесь не просить его посидеть тихо или постоять смирно. Ребенку это просто не под силу! Лучше организуйте его жизнь так, чтобы его активность находила разумный выход. Например, играйте с малышом в живые, состязательные игры. Предложите ему спортивные упражнения, плавание, танцы, катание на велосипеде. Постарайтесь чаще выезжать с ним на природу - малышу необходимо большое жизненное пространство. Однако, не переусердствуйте. Как ни странно, ребенок-холерик нуждается в особо щадящем режиме. Если ваш малыш перевозбудится, то остановить его уже потом будет крайне сложно. В общем, все хорошо в меру!

Читайте ребенку книги о героических поступках и подвигах, когда терпение и воля помогли герою победить. Учите его договариваться со сверстниками, когда важно не только самому говорить, но и уметь выслушивать других детей.

Дети – холерики всегда стремятся быть первыми. Это качество можно использовать в игре «учитель-ученик», которая даст малышу возможность научиться быть терпеливым и внимательным.

И, главное, наберитесь терпения и постарайтесь понять, что холерик и сам был бы рад научиться держать себя в руках, да не всегда получается. Помогите ему в этом!

### **Ребенок – сангвиник.**

Живой, жизнерадостный, сильный и уравновешенный малыш. Это ребенок - "солнце" - обычно в хорошем настроении, любознателен, активен. Ребенка – сангвиника может сильно рассмешить или сильно огорчить какой – нибудь пустяк. Слезы у такого ребенка быстро появляются и так же быстро высыхают, потому что он слишком шустрый и всегда находит для себя интересное занятие. Легко сходится с людьми, быстро приспосабливается к новой обстановке, к детскому саду и к новым требованиям. Сангвиники - эмпаты, то есть легко понимают других людей, не особенно требовательны к окружающим и склонны принимать людей такими, какие они есть. За власть не борются, но часто занимают лидирующее положение в компании. Дети-сангвиники на вопрос: "С кем ты дружишь?" - обычно отвечают: "Со всеми". Но сангвиники часто не доводят до конца начатое ими дело, если оно им надоедает. Неинтересная работа наводит на них скуку, и они стараются поскорее избавиться от нее.

Обратите внимание на то, что жизнерадостность сангвиника, его «легкое» общение, может ввести родителей в заблуждение. Они перестают контролировать малыша и не всегда присматриваются к его внутреннему миру. В дальнейшем привычный дружелюбный и веселый тон уже подросткового ребенка может скрыть его внутренние переживания и проблемы от близких людей.

**Рекомендации родителям.** Сангвиникам тоже необходим подвижный образ жизни, но в отличие от холериков, их интересует сам процесс. Поэтому, если вы решили отдать ребенка в какой-либо вид спорта, найдите ему хорошего дружелюбного тренера и не старайтесь сделать из него профессионального спортсмена вопреки его желанию.

Поскольку дети – сангвиники непостоянны и быстро устают от однообразия, постарайтесь сделать основной упор в занятиях на умение 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. Если ребенок будет без конца менять свои занятия, привычка за все браться и ничего не доводить до конца может стать свойством характера. С сангвиниками можно быть требовательными, вы вполне можете попросить его переделать заново работу и оценить самому результат.

Очень важно поощрять настойчивость таких детей, старательность и целеустремленность и постепенно повышать планку требований, добиваясь устойчивости и результативности.

Старайтесь не ругать ребенка за рассеянность, несобранность и неаккуратность. Эти качества формируются у сангвиников с большим трудом, чем у детей с другими темпераментами. Просто чаще хвалите малыша, если он аккуратно выполнил аппликацию или сложил за собой все игрушки.

Обсуждайте с ребенком его отношения со сверстниками и близкими людьми, побуждайте его задуматься о том, что его поведение может обидеть или обрадовать окружающих. Следите за поведением малыша, иногда он может быть прилипчивым или навязчивым в общении.

Ваш ребенок – сангвиник, 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.

### **Ребенок – флегматик.**

Маленький флегматик во всем любит порядок. Он тщательно складывает одежду и игрушки, пьет только из своей чашки и ест только своей ложкой, в коллективе сверстников играет только со своей игрушкой, не разрешает никому трогать свой горшок.

Ребенок – флегматик – медлительный молчун. Его трудно рассмешить или опечалить. Даже во время ссор такой ребенок остается спокойным. Он с трудом переключает свое внимание и долго привыкает к незнакомой обстановке. Его речь медленна, с паузами. Он не очень любит учить что-то новое, с удовольствием вспоминая известные стихи и песенки.

Малыш – флегматик мало фантазирует, играет спокойно, любит всего несколько игрушек. Играя с детьми, предпочитает знакомые и нешумные развлечения. Долго запоминает правила игры, но потом редко ошибается. Не стремится к лидерству, не любит принимать решения, легко отдавая это право другим. Редко обижается, но уж если поссорится, то может навсегда порвать отношения с обидчиком.

Он вполне может вырасти весьма предприимчивым человеком. Флегматик может ровно и продуктивно работать даже в неблагоприятных условиях, и неудачи не выводят его из себя.

Чего не любит ребенок – флегматик? Когда родители пытаются ускорить процесс сборов или выполнения задания криками и скандалами. Когда его называют лентяем, тюфяком и прочими "ласковыми" прозвищами.

**Рекомендации родителям.** Самое главное правило: не спешить, не торопить, не подгонять ребенка. Требования должны соответствовать индивидуальному темпу малыша.

Старайтесь развивать его воображение, фантазию, занимаясь музыкой, лепкой, рисованием, аппликацией. Играйте вместе с ребенком в игры, которые предполагают смену скорости движений. Например, ходьба – бег – медленная ходьба; хлопать в ладоши со сменой ритма. Старайтесь больше вовлекать ребенка в подвижные игры, ходите с ним в походы. Давайте ему поручения, например, отнести соседям ключ, дать продавцу деньги, спросить, как зовут незнакомого ребенка.

Медлительному ребенку надо создавать такие условия, чтобы вялость и малоподвижность не превратилась в лень. Хвалите ребенка за проявление быстроты реакции, за расторопность и находчивость. И, главное – важно помнить, что если вы постоянно раздражаетесь и наказываете малыша за медлительность и неуверенность, у ребенка может выработаться страх перед действием и развиться ощущение своей неполноценности.

### **Ребенок – меланхолик.**

Ребенок - меланхолик не только тихий, он еще и добрый, мягкий, доверчивый и открытый. Он очень чувствителен, обидчив, насторожен ко всему новому. Меланхолик неуверен в себе, ему трудно самостоятельно сделать выбор. Меланхолики теряются в незнакомой обстановке и совершенно не в состоянии постоять за себя. Малейшая неприятность способна вывести их из равновесия. Таким малышам бывает хорошо только с теми, кого они любят и с кем чувствуют себя уютно и надежно. Поэтому, у ребенка-меланхолика в семье должен быть кто-то кому он доверяет полностью. И не только доверие нужно ребенку, а еще и ласка, тепло и внимание. К чужим людям ребенок – тихоня относится настороженно, может испугаться незнакомого взрослого или сверстника, не захотеть с ними разговаривать или играть.

Говорят такие дети негромко, редко спорят, чаще подчиняются мнению более сильных сверстников. Люди с таким типом темперамента быстро устают, теряются, если встречаются трудности, быстро опускают руки.

Все вышеперечисленное совсем не говорит о том, что меланхолики - несчастные неудачники. Многие из них сильны в литературе, искусстве, в профессиях, требующих большого внимания, душевной тонкости.

Внутренний мир меланхолика невероятно богат, ему свойственна глубина и устойчивость чувств. Дети - меланхолики ведут себя, как "маленькие взрослые" - очень рассудительны, любят находить всему объяснение, любят уединение. Меланхолики предъявляют высокие требования к себе и окружающим и довольно легко переносят одиночество.

Обратите внимание на то, что за тихим видом замкнутого ребенка - меланхолика успокоенные родители часто не замечают его переживаний и проблем.

**Рекомендации родителям.** С маленькими тихонями не стоит играть в игры-соревнования на скорость, ловкость и быстроту. Лучше заниматься с малышом рисованием, лепкой, аппликацией, конструированием. Однако, можно осваивать езду на велосипеде, игру в мяч или скакалку.

Поскольку такие дети очень внушаемы, не подчеркивайте их недостатки. Старайтесь поддерживать в нем уверенность в собственных силах, например, сам вошел в темную комнату. У меланхолика необходимо развивать стремление к активности, умение преодолевать трудности. Помогайте малышу одерживать маленькие победы над своей застенчивостью: познакомился на площадке со сверстником, взял из рук продавца покупку. Предоставьте ребенку самостоятельность, не спешите все решать и делать за него.

После чтения сказки или просмотра мультфильма старайтесь поговорить с малышом о его чувствах, когда ему было грустно, а когда радостно. Какой герой ему больше понравился и почему. Какой герой не понравился и почему.

Круг знакомств ребенка следует расширять не спеша. Пусть сначала он будет играть с одним сверстником. И только после того, как малыш освоится, можно приглашать для игры других детей. Поскольку дети – меланхолики очень долго привыкают к детскому саду, необходимо приучать ребенка к общеобразовательному учреждению постепенно, поначалу оставляя его на очень короткое время. Лучше поговорить заранее с воспитателем об особенностях вашего малыша и попросить проявить чуткость и внимание. Это необходимо для того, чтобы ребенок быстрее мог почувствовать доверие и быстрее смог адаптироваться в новых условиях. Если меланхолик почувствует себя уютно в коллективе, он может играть роль мозгового центра и пользоваться уважением за свою выдумку и изобретательность.

Итак, вы познакомились с «портретами» детей разного темперамента. Еще раз хочу напомнить, что темперамент в «чистом» виде встречается редко.

Попробуйте определить, к какому типу ближе всего относится ваш ребенок, и понять, что в его характере поможет ему добиться успеха, а что - может мешать. Почему он ведет себя иногда не так, как вы ожидаете и предполагаете. Какие черты у вас совпадают, в чем вы солидарны, и что мешает вам понять друг друга. Постарайтесь дать ему возможность сохранить свою индивидуальность. Помогите своему ребенку почувствовать, что его "непохожесть" - преимущество, и научите пользоваться этим преимуществом.

Только помните, что не стоит сваливать на темперамент невоспитанность, безответственность и прочие недостатки воспитания. Темперамент характеризует только врожденные особенности характера: эмоциональность, чувствительность, активность, энергичность. От него не зависят увлечения, взгляды, воспитанность и социальная ориентация человека. Тип темперамента определяет манеру поведения и образ действий человека в окружающей среде.

Если вам трудно разобраться, что именно определяет негативное, с вашей точки зрения, поведение вашего малыша, обратитесь за помощью к детскому психологу. Он поможет вам найти правильное решение и даст профессиональные рекомендации, как найти ключик к пониманию именно вашего ребенка.