

**Консультация для родителей:**

*«Тип темперамента ребенка:  
рекомендации родителям»*

Подготовила педагог-психолог  
Климчук А.И.

Холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик – неужели малышей можно разделить по типам темперамента? Темперамент дается человеку с рождения. Изменить его нельзя, но вот научиться понимать и считаться с ним нужно. Малыш появляется на свет уже со сложившимся набором свойств нервной системы, именно они в дальнейшем будут определять его психическое развитие, характер, способ проявления эмоций, умение усваивать новые знания, склонность к определенному виду деятельности и т.д. Обычно ребенок наследует темперамент одного из родителей или в равной степени берет черты от каждого. Поэтому в одной и той же семье возможно появление детей с разными типами темперамента. Определение типа темперамента ребенка поможет вам узнать многое о вашем малыше.

## **Разберемся?**

*Темперамент* – это генетически обусловленное качество, но ярко выраженное его проявление начинается лишь с момента становления личности в социальной среде (к 3-4 годам). Обычно в каждом из нас есть все четыре типа. Главное – определить главенствующий. Именно на его основании происходит формирование характера и поведения.

## **Холерик**

Его основной принцип – *«Хочу все и сразу!»* Частая смена настроения и присущая эмоциональная нестабильность – вот основные признаки холерика.

- ✓ В самом раннем детстве холерический темперамент проявляется в непрекращающемся крике по любому поводу и без него. Всему виной нестабильная и неуравновешенная нервная система.
- ✓ Детям-холерикам быстро все надоедает, их психика постоянно требует новых впечатлений и открытий, побуждая тем самым к высокой активности.
- ✓ Это неугомонный озорник и задира, постоянно устраивающий скандалы и ссоры. Часто пытается навязать свое мнение окружающим.
- ✓ Речь отрывистая, быстрая, с проглатыванием отдельных слов, однако выразительная и эмоциональная. Движения стремительные, резкие, энергичные.
- ✓ Новую информацию усваивает легко, но быстро все забывает.
- ✓ Легко адаптируется к непривычной обстановке.
- ✓ Имеет склонность к игре на публику, нуждается в зрителях, от которых ждет одобрения. Круг его знакомых широк, при этом с одними он играет, с другими – обсуждает проблемы.
- ✓ Считает, что его мнение – единственно верное. Не умеет терпеть, ждать и сдерживать свои эмоции.
- ✓ Засыпает с трудом.
- ✓ На любые наказания отвечает замкнутостью или агрессией.

## **Ваши действия:**

- ✓ направляйте энергию ребенка в нужное русло, помогите найти интересное хобби или увлечение;
- ✓ не допускайте перевозбуждения нервной системы малыша;
- ✓ чередуйте подвижные и активные действия со спокойными занятиями;
- ✓ воспитывайте усидчивость;
- ✓ объясняйте ребенку, что нужно доводить начатое дело до конца;
- ✓ не кричите, не допускайте грубости;
- ✓ в своих просьбах к ребенку употребляйте доходчивые выражения;

- ✓ не провоцируйте вспышки детской агрессии и гнева. В таких случаях ведите себя уравновешенно, спокойно объясните ребенку, что своим поведением он только все усугубляет;
- ✓ обязательно дайте понять малышу, что его мнение очень важно для вас;
- ✓ займите ребенка спортом: плаванием, теннисом, легкой атлетикой. Так неумная энергия холерика будет направлена на физическое развитие, а излишняя агрессия – на достижение высокого спортивного результата.

### Сангвиник

Его основной принцип – *«Я тебе верю, а ты мне?»* Ребенок-сангвиник дружелюбный, жизнерадостный, но при этом довольно покладистый и рассудительный.

- ✓ Общительный и разговорчивый сангвиник обожает новых людей и новые места, без труда заводит знакомства.
- ✓ Видимая беззаботность сангвиников основана на природной везучести и одаренности. Именно среди людей этого типа больше всего путешественников и искателей приключений.
- ✓ Их увлекает все новое и неизведанное. Ребенок готов заниматься всем сразу, зачастую не обращая внимания на качество исполнения.
- ✓ Часто бросает дело, не закончив, тем не менее, легко и быстро усваивает информацию.
- ✓ Активность и доброжелательность проявляются у малышей только в том случае, если они нравятся окружающим. Им свойственно самолюбование.
- ✓ Ребенок-сангвиник легко идет на компромисс, легко переживает неудачи. Без проблем вливается в любой коллектив и приспосабливается к непривычной обстановке. Речь у сангвиников выразительная, связанная, правильно поставленная.
- ✓ Засыпают без лишних уговоров и спят, как говорится, без задних ног.
- ✓ На наказания ребенок реагирует спокойно, не обладая излишней злопамятностью и склонностью к конфликтам.

### Ваши действия:

- ✓ главное – научите ребенка выполнять обещания и держать данное им слово;
- ✓ следите за поведением и поступками малыша, не ленитесь напоминать ему о незаконченных делах;
- ✓ контролируйте ход выполнения работы, обращайте внимание ребенка на качество и аккуратность действий;
- ✓ найдите малышу занятие по душе;
- ✓ с ребенком-сангвиником нужно быть очень осторожным и умеренным в похвале, в случае перегиба с комплиментами у таких детей быстро развивается склонность к завышению самооценки;
- ✓ не пытайтесь быть слишком серьезными. Предпочтительнее принцип равноправного общения;
- ✓ старайтесь ставить перед ребенком конкретные и понятные цели. У вашего малыша всегда должен быть выбор в поиске подходов к решению поставленных перед ним задач;
- ✓ внимательно выбирайте вид спорта и увлечение для своего малыша – в первую очередь оно должно быть интересным и увлекательным для него. Оптимальны секции по командным видам спорта и театральные кружки.

### Флегматик

Его основной принцип – *«Я все сделаю, только чуть позже!»* Детей-флегматиков отличает стабильность и упрямство. Переубедить его практически невозможно.

- ✓ Такой ребенок всегда невозмутим и спокоен. Присутствие других детей для него не является обязательным.
- ✓ В отношении к еде и перемене места обитания малыши проявляют консерватизм.
- ✓ Очень долго привыкают и с большой неохотой пробуют новые блюда, с трудом засыпают в новой обстановке. Тяжело адаптируются к детскому саду.
- ✓ Скупы на слова и действия. Тяжело вступают в социальные контакты. Тщательно выбирают себе друзей.
- ✓ Чувства флегматиков стабильные, постоянные, но ровные. Страстность, пылкость, злость, ревность – все эти качества приводят малышей в смятение и вызывают лишь растерянность.
- ✓ Такому ребенку свойственно хоть и не быстрое, но качественное запоминание, усидчивость, кропотливость, выносливость, он приспособлен к монотонным и однообразным действиям. Нередко в школе таких детишек называют зубрилками, они все делают медленно и обстоятельно.
- ✓ Дети-флегматики не являются лидерами, самостоятельные решения принимать не любят. В то же время они очень дотошные и настырные. Свои решения они не меняют, бывают очень упрямы.
- ✓ Флегматики не умеют врать и быть тактичными, из-за этого часто попадают в неловкие ситуации.
- ✓ Малыши весьма доброжелательны и миролюбивы, стараются не вступать в конфликтные ситуации и по возможности уходят от борьбы. Не любят спорить и дискутировать.
- ✓ Предпочитают заранее просчитать все ходы и выходы. К предстоящим событиям готовятся долго, настраиваясь на действие и постоянно откладывая все на потом. Все делают в последний момент, часто из-за этого получается кое-как.
- ✓ Речь малыша-флегматика неторопливая, тихая, без жестов и мимики. В разговоре он редко использует эпитеты, его слова просты и часто повторяются. Кроха быстро и спокойно засыпает, но просыпается не сразу. Чтобы прийти в себя, ему требуется время, в течение которого он ходит недовольный.

#### Ваши действия:

- ✓ в воспитании флегматика нужно ориентироваться на темп, который присущ именно вашему малышу. Обычно таким детям требуется чуть больше времени для выполнения заданий.
- ✓ будьте терпеливы, не торопите ребенка;
- ✓ одновременно не позволяйте крохе откладывать дела на потом, учите его рационально использовать свое время;
- ✓ не ставьте перед малышом цели и задачи, требующие быстроты и скорости, не заставляйте его соревноваться с более активными или старшими детьми;
- ✓ никогда не ругайте кроху (особенно при людях) за его излишнюю осторожность или медлительность;
- ✓ поощряйте интерес ребенка к любым подвижным играм, физическим занятиям и увлечениям, чаще хвалите его;
- ✓ не позволяйте малышу часами засиживаться за одним делом, предлагайте ему делать перерывы или периодически менять направленность занятий;
- ✓ приучайте ребенка принимать самостоятельные решения, держать данное слово и брать инициативу в свои руки;
- ✓ старайтесь прививать малышу навыки общения в коллективе – посещайте развивающие курсы, детский сад, почаще гуляйте на детской площадке;

## Меланхолик

Его основной принцип – *«Мне не весело, потому что мне грустно!»* Застенчивость, робость – основные свойства характера.

- ✓ В раннем детстве это выражается в развитии таких качеств, как плаксивость, привязанность, трусливость. В дальнейшем к ним добавляются стеснительность, обидчивость, ранимость.
- ✓ Из-за высокой нестабильности нервной системы малыша расстраивает и выводит из равновесия любая мелочь.
- ✓ С меланхоликами надо быть нежными, спокойными, внимательными, контролировать свои слова и поступки. Слезы у таких деток – обязательный атрибут, ими сопровождаются любые их обиды. Диапазон переживаний – от истерики до беспричинной.
- ✓ У таких малышей развиты эмоциональные черты характера, что проявляется в отзывчивости, жалостливости, сентиментальности. Дети ранимы, долго переживают любые потрясения.
- ✓ Это настоящие трусишки, они боятся всего. Они малообщительные и тяжело адаптируются к новому коллективу. Не лидеры, часто замыкаются в себе.
- ✓ Наказание воспринимается как трагедия. Даже в столь юном возрасте это может привести к дисбалансу их психики. Малыш-меланхолик очень настороженно относится ко всем переменам. В новых, особенно нестандартных ситуациях теряется, много суетится, пытается уйти в тень.
- ✓ При возникновении конфликтов его умственные и физические способности резко снижаются, он, сам того не желая, начинает занижать свои природные возможности.
- ✓ Речь у меланхоликов тихая, неуверенная, но грамотная и богатая.
- ✓ Все движения и действия нерешительные и мелкие, как будто пробные.
- ✓ Очень тяжело засыпают, а просыпаются с трудом.
- ✓ Несмотря на такой характер, детки-меланхолики остаются одними из самых творческих и понимающих натур. Они способны выслушать не одну вашу беду, при этом проявят истинное сочувствие. Они обладают поразительно тонким вкусом и хорошим слухом. Из них наверняка вырастут художественные эстеты.

### Ваши действия:

- ✓ главное в воспитании детей-меланхоликов – не усугублять их частое плаксивое настроение. Разговаривая с малышом, не употребляйте резких и унижительных выражений. Никогда не ругайте такого ребенка и не кричите, ваше настроение и повышенные интонации могут загнать кроху в "ступор" или спровоцировать стрессовую для него ситуацию;
- ✓ наилучшим способом общения станут частые проявления вашей любви, внимание и терпимость, домашний уют и теплота;
- ✓ не скупитесь на ласковые и нежные слова, хвалите и поощряйте даже незначительные успехи;
- ✓ старайтесь как можно чаще объяснять ребенку, что в мире не все такое серое, как ему кажется. Давайте повод для смеха, не акцентируйте его внимание на печальных и трагичных событиях;
- ✓ не ругайте его в присутствии других детей или взрослых;
- ✓ поощряйте любые проявления самостоятельности, активных действий и попытки принятия собственных решений. Давайте малышу несложные, легко выполнимые поручения;
- ✓ при выборе обучающих программ ориентируйтесь на высокие интеллектуальные способности крохи;
- ✓ ребенок, скорее всего, не станет спортсменом, поэтому любые занятия должны быть не в тягость. Больше всего подходят уроки в музыкальной или художественной школе.