

Памятка для родителей и воспитателей: «Как вести себя с ребёнком холериком, флегматиком, меланхоликом и сангвиником»

Темперамент (от лат. Temperament) – надлежащее соотношение частей, соразмерность. Темперамент характеризует темп, интенсивность, ритм, скорость психических процессов и состояний. Эти индивидуальные особенности человека врожденные, проявляются достаточно рано и сильно влияют на эмоциональное поведение человека.

Одни дети непоседливы, стремительны, 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 это и ни к чему – у каждого типа темперамента есть свои достоинства и недостатки. Родителю и воспитателю важно знать сильные стороны темперамента своего ребенка, чтобы помочь ему адаптироваться, успешно общаться, осваивать новые знания и пр. **В психологии выделяют четыре типа темперамента.**

Холерик

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

Как вести себя с ребенком-холериком?

Самое главное – занять такого ребенка соответствующим его интересам делом. У такого малыша в течение дня обязательно должна быть интенсивная физическая нагрузка (бег, прыжки). Спорт хорошо дисциплинирует холериков. 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, от этого он становится ещё более неуправляемым. Лучше спокойно приучать его к тем видам деятельности, где требуется терпение: лепка, конструирование, аппликация и др.

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 ребёнок не любит, так же как и интенсивного общения со сверстниками. Долго может принимать решения, но единожды приняв, вряд ли их поменяет.

Как вести себя с ребенком-флегматиком?

Вы легко можете доверить ему какое-либо дело: ребенок-флегматик очень ответственен и добросовестен. Никогда не торопите его – флегматик от этого начинает действовать ещё медленнее. Для флегматика совершенно неадекватна атмосфера спешки и четкого лимита времени, в этом случае он может «зависнуть» как компьютер. Такому ребенку нужно помочь выразить свои эмоциональные переживания: почаще рассказывайте ему о том, что переживают другие люди в различных ситуациях. Чтобы поведение и мышление такого малыша не стали стереотипными, давайте ему побольше творческих заданий, которые имеют несколько вариантов решения. Старайтесь водить флегматика в театр, цирк, музеи, на концерты, выставки, в библиотеку и т. д. Пусть он пополняет свой эмоциональный опыт.

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, интонации. Ребёнок-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 вызывать у такого ребёнка слёзы. Меланхолик болезненно реагирует на смену привычного эмоционального окружения. Также ребёнок-меланхолик быстро утомляется.

Как вести себя с ребёнком-меланхоликом?

Для такого малыша главным является спокойная, доброжелательная психологическая атмосфера в доме. Ребёнка-меланхолика надо постоянно хвалить, показывая веру в его способности. Даже если задание выполнено им не очень хорошо, нужно уметь вселить в него уверенность, одобряя саму попытку решить ту или иную задачу. У такого ребёнка должна быть постоянная возможность переживания успеха от выполнения самых незначительных дел. Чаще проговаривайте положительные моменты, старайтесь отвлечь его от тревожных мыслей. Учите меланхолика делать

самостоятельный выбор в привычных жизненных ситуациях (с какой игрушкой играть, что одевать и т. п.)

Сангвиник

Это жизнерадостный, подвижный и легко увлекающийся новой игрой ребёнок. 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 всё на лету, хотя сангвиника больше интересует сам процесс, а не результат.

Как вести себя с ребенком-сангвиником?

Таким детям необходимо обеспечить доступ к разным видам деятельности, не загружать их неинтересной моторной работой. Однако сангвинику следует помочь сосредоточиться на выбранном занятии и довести дело до конца, опираясь на такое важное качество сангвиника, как целеустремлённость. Одновременно с этим с такими детьми следует быть требовательными. Желательно, чтобы все члены семьи придерживались единой стратегии воспитания.

