

## Как определить темперамент ребёнка

Как следует учитывать темперамент в развитии и воспитании детей.

Игра и темперамент ребёнка

**Темперамент** — это сочетание индивидуальных психологических особенностей человека, которые характеризуют динамическую и эмоциональную стороны его поведения и деятельности. Большинство ученых сходится во мнении, что темперамент нельзя изменить, поскольку он является врожденной характеристикой человека. Темперамент проявляется в походке и жестах, от него зависят скорость движений человека, темп его речи, отзывчивость, общительность и т. д.

Каждый человек принадлежит к одному из четырех различных типов темперамента: холерик, сангвиник, флегматик или меланхолик. Однако в чистом виде эти типы встречаются крайне редко. Как правило, характер человека сочетает признаки, являющиеся типичными для каждого из четырех темпераментов.

При общении с ребенком очень важно учитывать его темперамент, поскольку он определяет поведение в коллективе, а также то, как малыш учится, играет, переживает и радуется.

Нужно понимать, что ваш темперамент не обязательно совпадает с темпераментом ребенка. Если не принимать во внимание эту разницу, в будущем можно столкнуться с большими проблемами. Вам будет гораздо проще понять своего ребенка, направить его, заинтересовать, развить его лучшие качества, если вы определите, к какому типу он относится.

Не стоит приписывать темпераменту неаккуратность, хамство, безответственность и прочие недостатки воспитания. Темперамент характеризует только врожденные особенности характера, такие как эмоциональность, чувствительность, активность, энергичность и т. д.

Ответьте сами себе на следующие вопросы и сделайте выводы.

### **1. Как ведет себя ребенок в ситуации, когда необходимо быстро действовать?**

- а) Легко включается в работу.
- б) Активно действует.
- в) Действует спокойно, без лишних слов.
- г) Действует робко, неуверенно.

### **2. Как реагирует ребенок на замечания воспитателя?**

- а) Говорит, что больше так делать не будет, но через некоторое время делает, то же самое.
- б) Не слушает и поступает по-своему, бурно реагирует на замечания.
- в) Выслушивает молча.
- г) Молчит, обижен, переживает.

### **3. Как разговаривает ребенок с другими детьми в значимых для него ситуациях?**

- а) Быстро, активно, но прислушивается к высказываниям других.
- б) Быстро, со страстью, других не слушает.

- в) Медленно, спокойно, но уверенно.
- г) С большой неуверенностью.

#### **4. Как ведет себя в непривычной обстановке (например, в кабинете врача, заведующего и др.)?**

- а) Легко ориентируется, проявляет активность.
- б) Активен, проявляет повышенную возбудимость.
- в) Спокоен, рассматривает окружающие его предметы.
- г) Робок, растерян.

**Ключ.** Если преобладают ответы «а», вы имеете дело с сангвиническим типом;  
«б» — с холерическим;  
«в» — с флегматическим;  
«г» — с меланхолическим типом темперамента.

#### **Если ваш ребёнок – холерик**

Ребенок-холерик — это ужасный непоседа и спорщик. Он очень подвижен, не переносит долгого ожидания, подвержен резким переменам настроения. Ребенок с таким складом характера всегда знает, чего он хочет. Он настойчив, решителен, бесстрашен. Любит риск и приключения. Холерик способен самостоятельно делать выбор и решать свои проблемы, но с трудом идет на компромисс. Спит такой малыш мало и по утрам не дает родителям досмотреть последние сны, так как просыпается рано. Любит кушать. Особенно его увлекает процесс пережевывания. Но аппетит сильно зависит от настроения. В обращении с ребенком-холериком необходимо много терпения и спокойствия.

Главное — направить безудержный поток энергии в правильное русло. Таким детям особенно рекомендуется заниматься подвижными видами спорта (соревновательные игры, спортивные упражнения, плавание, прыжки на батуте, ритмические танцы). Это позволит малышу реализовать свое стремление во всем быть лидером. Тренировки научат контролировать движения и рассчитывать силы. Холерику необходимо много жизненного пространства. Чаще бывайте с ним на природе, ходите в походы. Для укрепления тормозных процессов занимайтесь с ним конструированием, рисованием, ручным трудом или рукоделием. Помните, что вам придется постоянно следить за тем, чтобы малыш проверял результаты своей работы и доделывал ее до конца. Поощряйте любое проявление старательности и терпения. С ребенком-холериком очень просто общаться: он знает чего хочет, и может сам удовлетворить свои потребности.

Есть только одна проблема — малыш пока еще не понимает, что хорошо, а что плохо. Поэтому он нуждается в наличии наглядного примера поведения с самых ранних лет жизни. Всегда помогайте ребенку в его экспериментах, чтобы правильно направить его действия. Жесткий контроль и ограничение активности нервируют малыша и, как правило, приводят к потере контакта с ним.

#### **Если ваш ребёнок – сангвиник**

Ребенок-сангвиник — энергичный, жизнерадостный, сильный и шустрый. Он может ни с того ни с сего расплакаться, но так же быстро успокоится. Мгновенно переключается с одного занятия на другое. Обычно такой ребенок пребывает в хорошем настроении,

любопытен, активен, умеет контролировать свои эмоции. Он очень приятен в общении, любит выдумывать и фантазировать. Засыпает и просыпается легко и быстро, встает рано. Даже когда ребенок был совсем маленьким, он мало спал, наблюдая широко раскрытыми глазками за всем, что происходило вокруг. Сангвиники обычно миролюбивы. Они не помнят зла; добры, нежны и нежадны. Эти дети испытывают огромную потребность в движении.

Ваша задача — направить кипучую энергию малыша в созидательное русло, ставя перед ним конкретные цели. Игры и повседневная жизнь ребенка-сангвиника должны быть подвижными. Такие дети, занимаясь спортом, не будут стремиться к победам. Им интересен сам процесс. Подпитывайте любопытность своего малыша. Помогите ему научиться не просто получать удовольствие от того занятия, на которое он тратит энергию, но и стремиться при этом к достижению определенной цели. Дети-сангвиники часто не доводят до конца начатое дело, если оно им надоедает. Неинтересная, монотонная работа наводит на них скуку, и они стараются поскорее избавиться от нее. Однако не стоит поддерживать сангвиника в его стремлении к частой смене деятельности. Конструкторы, пазлы, рукоделие, моделирование и другие игры, которые требуют внимания и сосредоточения, помогут развить собранность и аккуратность. Удерживать внимание на конкретном виде деятельности такой ребенок может научиться с помощью взрослого, отдающего ему много времени в совместных занятиях. Очень важно поощрять усидчивость, старательность и целеустремленность таких детей и постепенно повышать планку требований, добиваясь закрепления достигнутых результатов.

### **Если ваш ребёнок – флегматик**

Ребенок-флегматик — медлительный, рассудительный, усидчивый и внешне спокойный. Играет в основном с несколькими любимыми игрушками. Плохо переносит суету и шум. Очень любит покушать и поспать. Во всем старается соблюдать порядок: пьет только из своей чашки, ест своей ложкой, и бывает очень недоволен, если кто-то или что-то нарушает привычный распорядок дня. Разговаривает медленно. Не любит игры, где нужно проявлять сноровку, быстроту, смекалку. Отдает предпочтение уже знакомым и нешумным развлечениям. Не стремится к лидерству, не любит самостоятельно принимать решения. Редко обижается и по натуре очень сговорчив. Обычно такие дети знают много стихов и песен, но не любят новое и с гораздо большим удовольствием вспоминают уже знакомое. Ребенок-флегматик заставляет родителей неделю читать одну и ту же сказку на ночь, не позволяя изменить в ней ни одного слова.

В играх не предоставляйте ребенка самому себе, стимулируйте действия с его стороны, старайтесь заинтересовать. Делитесь с малышом занимательными историями об окружающем мире, развивайте творческое мышление рисованием, лепкой, музыкой, шахматами. Для занятий спортом подойдут те виды, которые не требуют быстрой реакции. Закаляйте ребенка.

Не бойтесь доверять малышу, он достаточно ответственен и основателен, чтобы выполнить порученное дело. Наберитесь терпения и не спешите сделать все за него, иначе он вообще перестанет что-либо делать сам. Старайтесь, чтобы больше говорил ребенок, а не вы, помогите ему сформировать свое мнение и защищать его. Чем больше внимания вы будете ему уделять, тем живее он станет реагировать. Вскоре вы удивитесь его интеллектуальной восприимчивости, увидите, как хорошо он воспринимает все, что вы ему говорите или показываете.

### **Если ваш ребёнок – меланхолик**

Ребенок-меланхолик очень чувствителен и восприимчив: активно реагирует на всё, что происходит, и улавливает малейшие изменения интонации или выражения лица. Как правило, настороженно относится ко всему новому; склонен к частым обидам. Меланхолик любит тепло, боится спорта, с трудом переключается на другой вид деятельности. Обычно кушает мало, очень разборчив в еде, отдает предпочтение легкой пище. Засыпает поздно, перед сном любит помечтать и пофантазировать, лежа в кровати. Утром тяжело просыпается, бывает хмурым. Дети такого типа говорят негромко, редко спорят. Они быстро устают. Боятся трудностей, не любят решать проблемы. Такие дети обычно с опаской относятся к чужим людям и сверстникам, но с теми, кого любят, открыты и доверчивы. Малыш с таким складом характера обычно выбирает одного человека, с которым он полностью откровенен и готов поделиться своими переживаниями. Ребенок нуждается в том, чтобы родители разделяли его эмоции. Их поддержка делает его уверенней в себе. Ребенок-меланхолик очень любопытен — ему просто необходимо знать, как всё устроено. Он любит уединение. Не является сторонником грубых игр. В процессе игры такой малыш часто бывает задумчивым и грустным. Расстроившись, долго плачет. Часто ребята с меланхолическим характером кажутся не по годам рассудительными и ведут себя как «маленькие взрослые». Родителям необходимо помнить, что в общении с таким малышом неприемлема грубость, поскольку ребенок склонен к сильным обидам, о которых будет очень долго помнить. Меланхолик неохотно принимает участие в коллективных играх, но, сумев преодолеть себя, с удовольствием веселится вместе со всеми. Помогайте ему включиться в игру, научите знакомиться с другими малышами. Поручайте ребенку дела, с которыми он справится без особого труда, но результат которых сможет оценить как можно больше окружающих. Это поможет ему почувствовать себя увереннее в решении более сложных задач. Философствуйте вместе с ним, обсуждайте ситуации, которые вы вместе наблюдали, демонстрируя при этом свою заинтересованность в его историях и рассуждениях. Для совместных занятий с ребенком лучше всего подойдет рисование, лепка, конструирование, а также игры, в которых присутствует элемент соревнования.