

# Типы темперамента

## Ребенок-Сангвиник (сильный, уравновешенный, подвижный)

**Позитивный, активный, легкий в общении.** Ему до всего есть дело, легко приспосабливается к любой ситуации, разрешает конфликты. Легко включается в любую деятельность, но также легко переключается на что-то другое.

Легко осваивает возрастные навыки. Движения – уверенные, точные. Речь – выразительная, живая, с мимикой и жестами. Редко и недолго грустит. Среди сверстников обычно занимает положение лидера.

## Ребенок-Флегматик (сильный, уравновешенный, инертный)

Спокойный «копуша», не выносит спешки. **Все делает неторопливо, с толком, с расстановкой, проверенными способами.** Вполне способен долго и нудно делать что-то одно, не испытывая при этом утомления. Упорно идет к своей цели, преодолевая все препятствия.

Свои решения он не меняет, его сложно переубедить. Такой ребенок невероятно устойчив к внешним раздражителям. Он всегда сдержан, и **кажется малоэмоциональным**, но, если к кому-то привязался, ни за что не предаст. Все возрастные навыки формируются у флегматика долго и с трудом, но зато надолго и качественно.

Речь спокойная, неторопливая, без жестов и всплесков эмоций, часто встречаются паузы, хоть словарный запас и в норме. Медленно и не без труда привыкает к новой обстановке, не любит перемен.

## Ребенок-Холерик (сильный неуравновешенный, с преобладанием возбуждения)

**Всегда яркий, колоритный, всегда «чересчур».** Подвижный, заводится с пол-оборота, его энергия неиссякаема и шалости неизмеримы. Борец, задира, несмотря на неудачи и трудности, после каждого падения встает и снова движется к своей цели, если ему это необходимо, но не всегда доводит начатое до конца, может бросить все ради чего-то другого, не менее интересного. По

натуре командир, часто конфликтует со сверстниками, хотя не может без них жить.

Речь холериков отрывиста, быстра, они часто глотают слова и окончания, однако говорят очень эмоционально и громко. Настроение легко меняется, в зависимости от обстоятельств. Такие дети легко приспосабливаются к новой обстановке, но с трудом – к новым правилам. Спокойно воспринимают словесные наказания, но не переносят ограничения свободы.

### **Ребенок-Меланхолик (слабый)**

Такие дети **на редкость чувствительны и ранимы**, хотя при этом добры и отзывчивы. Легко отвлекаются, быстро устают. Чутко реагируют на громкие звуки, окрики... Чуть что – в слезы. Всего боятся, особенно чего-то нового, смены обстановки, новых людей. Застенчивы, робки, нерешительны. «Зацикливаются» на собственных неудачах, воспринимают наказания как трагедию. Легко и часто обижаются.

Речь их тихая, но интонационно выразительная, движения неуверенные, бедны и часто суетливы. Возрастные навыки усваивают своевременно, но склонны к регрессу во время адаптации к новым условиям. Но в знакомой обстановке способны превзойти себя и достичь значительных результатов.

### **Воспитываем ребенка по типу темперамента**

#### **Как воспитывать Сангвиника:**

- Стремиться выработать у него устойчивые интересы.
- Учить упорству, терпению, умению доводить начатое до конца.
- Искоренять небрежность и поверхностность при выполнении заданий.
- Учитывать, что жизнерадостность, общительность и оптимизм сангвиника могут стать источником его легкомыслия и непостоянства.

#### **Как воспитывать Флегматика:**

- Выбатывать любознательность, побуждать сообразительность и воображение, поощрять его инициативу.

- Учить правильно распределять внимание и время при выполнении различных заданий.
- Учить полнее выражать свои чувства: как быть добрым, как жалеть кого-то, радоваться, огорчаться, прививать навыки общения и развивать коммуникабельность.
- Не раздражаться черепашьим темпам, а ускорять их, применяя игровую деятельность, хотя бы игры наперегонки.

#### **Как воспитывать Холерика:**

- Направить бьющую ключом энергию на нужные, полезные дела.
- Учить обдумывать свои решения, оценивать возможности.
- Воспитывать настойчивость и сдержанность, учить владеть собой, гасить в зачатке агрессию
- Подбирать такие игры, которые укрепляют процессы торможения: спокойные, где все зависит от внимания и нужен минимум эмоций.
- Учить вежливости и учитывать, что непосредственность холерика нередко выливается в бестактность.
- Не уговаривать, холерик не воспринимает уговоры, в отличие от требований.

#### **Как воспитывать Меланхолика:**

- Быть с ним поласковее, помягче. Не требовать, а просить. Поддерживать и одобрять.
- Нацеливать его только на выполнимые задания, помогать их вовремя исполнить.
- Поддерживать его самостоятельность, учить преодолевать застенчивость, искоренять неуверенность в себе.
- Помогать и учить избавляться от страхов и ни при каких обстоятельствах не запугивать специально.
- Не требовать от меланхолика того, что для него невыполнимо.

## **Общие правила воспитания**

Кроме того, можно выделить и общие правила, которые необходимо учитывать при взаимодействии со всеми детьми, вне зависимости от типа их темперамента, **особенно если тип темперамента у родителя и у ребенка отличается, и ребенок вечно ведет себя «не так»:**

- **Не подавлять** ребенка, **а управлять** его темпераментом
- **Учитывать** не только минусы, но и **плюсы** типа темперамента ребенка
- Не раздражаться оттого, что ребенок «не такой», **не ругать** ребенка за его темперамент
- **Стараться** все-таки научить ребенка **тому, чего ему не хватает**