

# Как воспитывать ребенка, учитывая особенности его темперамента

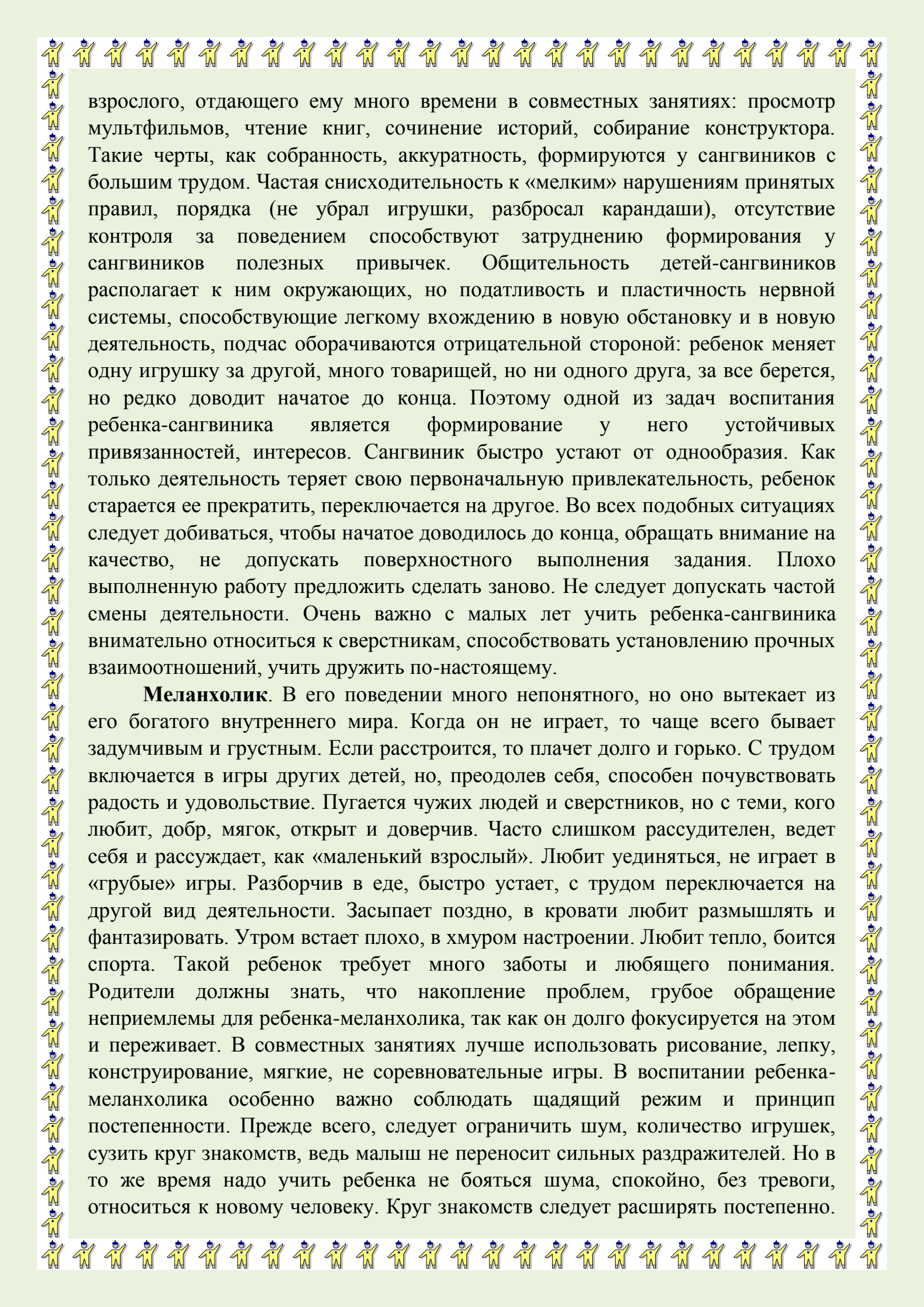
Подготовила: педагог-психолог  
Завалева И.М

Темперамент является врожденной особенностью личности человека. Его физиологической основой является тип высшей нервной деятельности, такие ее свойства, как сила, подвижность, уравновешенность. Свойства темперамента связаны в определенные структуры, образующие типы темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Однако «чистые» типы темперамента встречаются довольно редко. Чаще всего у человека сочетаются черты разных типов, хотя преобладают свойства темперамента какого-то одного.

Свойства темперамента проявляются у детей с самого раннего возраста. Знание родителями типа темперамента своего ребенка может значительно облегчить процесс его воспитания, так как поможет сформировать правильный подход к малышу. Благодаря пластичности нервной системы можно влиять на темперамент. Меры воздействия при этом следует отбирать такие, которые бы противодействовали, предотвращали появление слабых сторон темперамента ребенка и поддерживали сильные его стороны. Учет особенностей темперамента необходим не только в каких-то исключительных случаях, а постоянно и различно в зависимости от возраста, степени выраженности свойств и от уровня «созревания» темперамента. Наиболее благоприятные предпосылки для воспитательных воздействий создаются в раннем детстве и в младшем дошкольном возрасте, когда нервная система в стадии становления, когда интенсивно развиваются основные свойства нервных процессов.

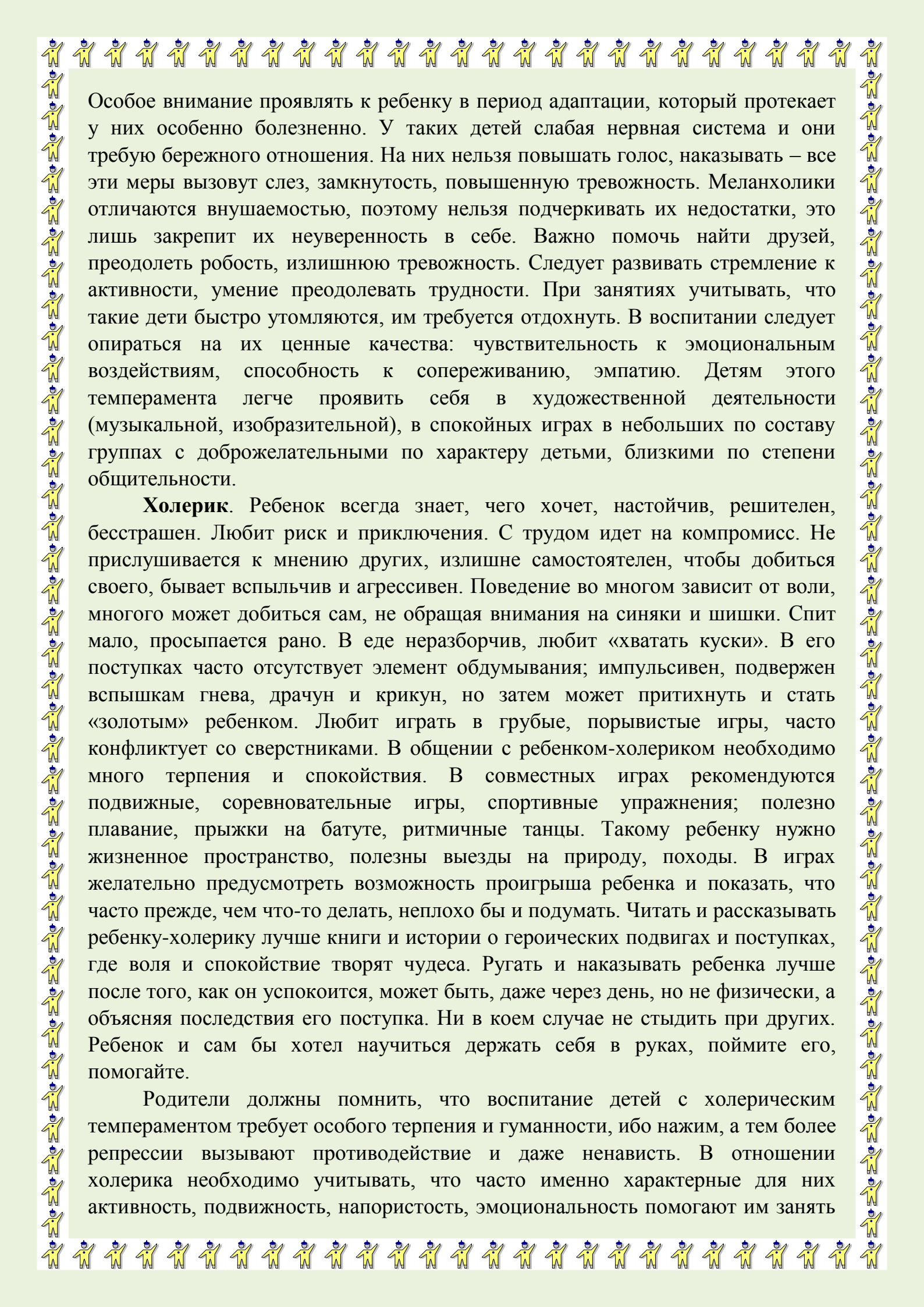
Основные признаки, характерные для детей разных темпераментов.

**Сангвиник.** Такой ребенок верток и подвижен. Слезы появляются мгновенно, но он быстро утешается. Быстро переключается с одного задания на другое. Родителей беспокоит несобранность, рассеянность, несерьезность, неаккуратность, но ребенок приятен в общении, заводила, выдумщик, фантазер. Засыпает легко, быстро, так же и просыпается. В играх любит лазать, ползать, раскачиваться, бегать. Быть «непостоянным» — не порок, а свойство этого темперамента. Такие дети миролюбивы, не помнят зла, добры, не жадны. Ребенок-сангвиник весел, жизнерадостен, ловок и общителен. Игры и повседневная жизнь ребенка должны быть подвижными, требования к спокойствию и уравновешенности со стороны родителей надо согласовывать с учетом особенностей его темперамента. Удерживать внимание ребенок-сангвиник может научиться с помощью



взрослого, отдающего ему много времени в совместных занятиях: просмотр мультфильмов, чтение книг, сочинение историй, собирание конструктора. Такие черты, как собранность, аккуратность, формируются у сангвиников с большим трудом. Частая снисходительность к «мелким» нарушениям принятых правил, порядка (не убрал игрушки, разбросал карандаши), отсутствие контроля за поведением способствуют затруднению формирования у сангвиников полезных привычек. Общительность детей-сангвиников располагает к ним окружающих, но податливость и пластичность нервной системы, способствующие легкому вхождению в новую обстановку и в новую деятельность, подчас оборачиваются отрицательной стороной: ребенок меняет одну игрушку за другой, много товарищей, но ни одного друга, за все берется, но редко доводит начатое до конца. Поэтому одной из задач воспитания ребенка-сангвиника является формирование у него устойчивых привязанностей, интересов. Сангвиник быстро устает от однообразия. Как только деятельность теряет свою первоначальную привлекательность, ребенок старается ее прекратить, переключается на другое. Во всех подобных ситуациях следует добиваться, чтобы начатое доводилось до конца, обращать внимание на качество, не допускать поверхностного выполнения задания. Плохо выполненную работу предложить сделать заново. Не следует допускать частой смены деятельности. Очень важно с малых лет учить ребенка-сангвиника внимательно относиться к сверстникам, способствовать установлению прочных взаимоотношений, учить дружить по-настоящему.

**Меланхолик.** В его поведении много непонятного, но оно вытекает из его богатого внутреннего мира. Когда он не играет, то чаще всего бывает задумчивым и грустным. Если расстроится, то плачет долго и горько. С трудом включается в игры других детей, но, преодолев себя, способен почувствовать радость и удовольствие. Пугается чужих людей и сверстников, но с теми, кого любит, добр, мягок, открыт и доверчив. Часто слишком рассудителен, ведет себя и рассуждает, как «маленький взрослый». Любит уединяться, не играет в «грубые» игры. Разборчив в еде, быстро устает, с трудом переключается на другой вид деятельности. Засыпает поздно, в кровати любит размышлять и фантазировать. Утром встает плохо, в хмуром настроении. Любит тепло, боится спорта. Такой ребенок требует много заботы и любящего понимания. Родители должны знать, что накопление проблем, грубое обращение неприемлемы для ребенка-меланхолика, так как он долго фокусируется на этом и переживает. В совместных занятиях лучше использовать рисование, лепку, конструирование, мягкие, не соревновательные игры. В воспитании ребенка-меланхолика особенно важно соблюдать щадящий режим и принцип постепенности. Прежде всего, следует ограничить шум, количество игрушек, сузить круг знакомств, ведь малыш не переносит сильных раздражителей. Но в то же время надо учить ребенка не бояться шума, спокойно, без тревоги, относиться к новому человеку. Круг знакомств следует расширять постепенно.

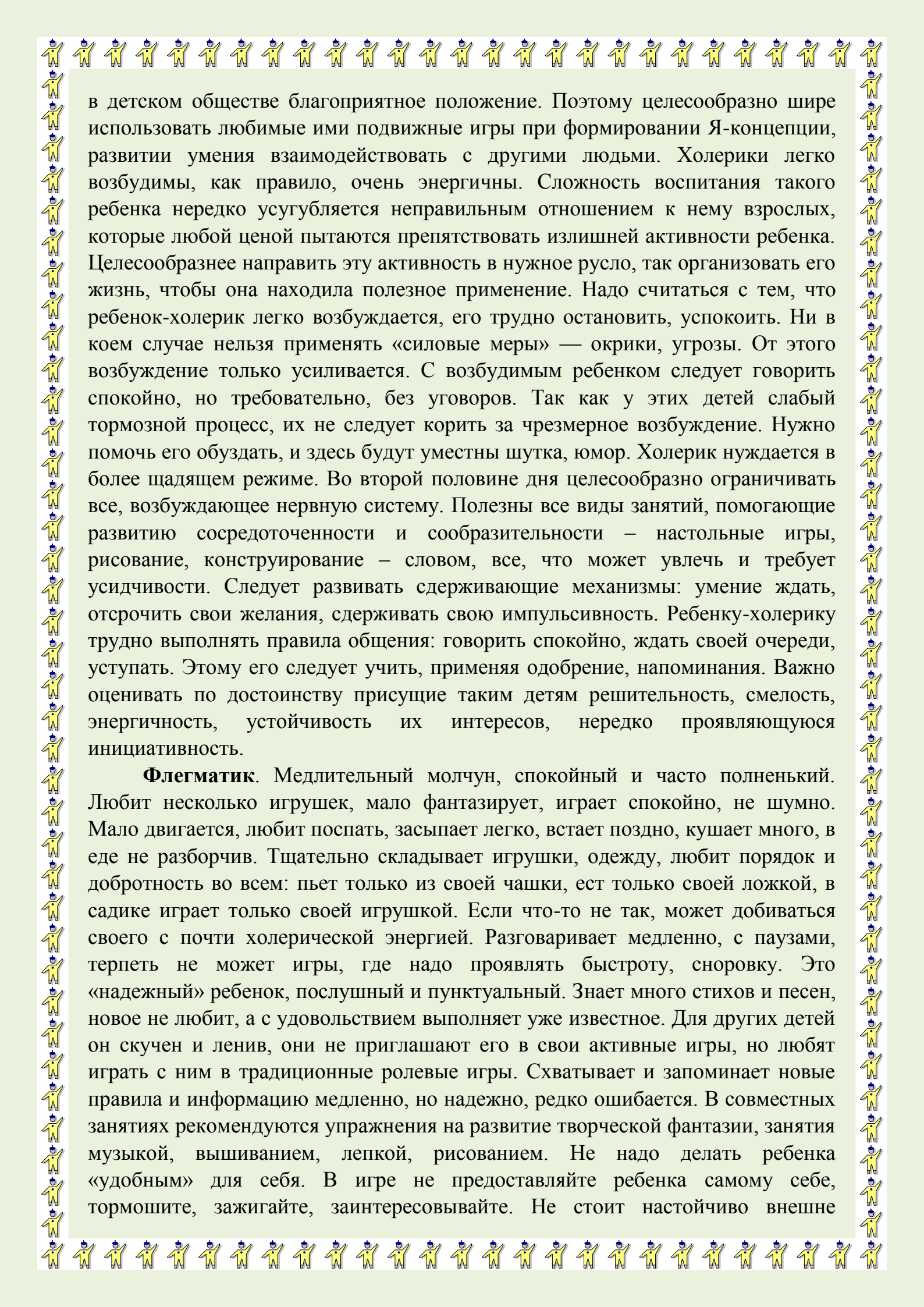


Особое внимание проявлять к ребенку в период адаптации, который протекает у них особенно болезненно. У таких детей слабая нервная система и они требуют бережного отношения. На них нельзя повышать голос, наказывать – все эти меры вызовут слез, замкнутость, повышенную тревожность. Меланхолики отличаются внушаемостью, поэтому нельзя подчеркивать их недостатки, это лишь закрепит их неуверенность в себе. Важно помочь найти друзей, преодолеть робость, излишнюю тревожность. Следует развивать стремление к активности, умение преодолевать трудности. При занятиях учитывать, что такие дети быстро утомляются, им требуется отдохнуть. В воспитании следует опираться на их ценные качества: чувствительность к эмоциональным воздействиям, способность к сопереживанию, эмпатию. Детям этого темперамента легче проявить себя в художественной деятельности (музыкальной, изобразительной), в спокойных играх в небольших по составу группах с доброжелательными по характеру детьми, близкими по степени общительности.

**Холерик.** Ребенок всегда знает, чего хочет, настойчив, решителен, бесстрашен. Любит риск и приключения. С трудом идет на компромисс. Не прислушивается к мнению других, излишне самостоятелен, чтобы добиться своего, бывает вспыльчив и агрессивен. Поведение во многом зависит от воли, многого может добиться сам, не обращая внимания на синяки и шишки. Спит мало, просыпается рано. В еде неразборчив, любит «хватать куски». В его поступках часто отсутствует элемент обдумывания; импульсивен, подвержен вспышкам гнева, драчун и крикун, но затем может притихнуть и стать «золотым» ребенком. Любит играть в грубые, порывистые игры, часто конфликтует со сверстниками. В общении с ребенком-холериком необходимо много терпения и спокойствия. В совместных играх рекомендуются подвижные, соревновательные игры, спортивные упражнения; полезно плавание, прыжки на батуте, ритмичные танцы. Такому ребенку нужно жизненное пространство, полезны выезды на природу, походы. В играх желательно предусмотреть возможность проигрыша ребенка и показать, что часто прежде, чем что-то делать, неплохо бы и подумать. Читать и рассказывать ребенку-холерику лучше книги и истории о героических подвигах и поступках, где воля и спокойствие творят чудеса. Ругать и наказывать ребенка лучше после того, как он успокоится, может быть, даже через день, но не физически, а объясняя последствия его поступка. Ни в коем случае не стыдить при других. Ребенок и сам бы хотел научиться держать себя в руках, поймите его, помогайте.

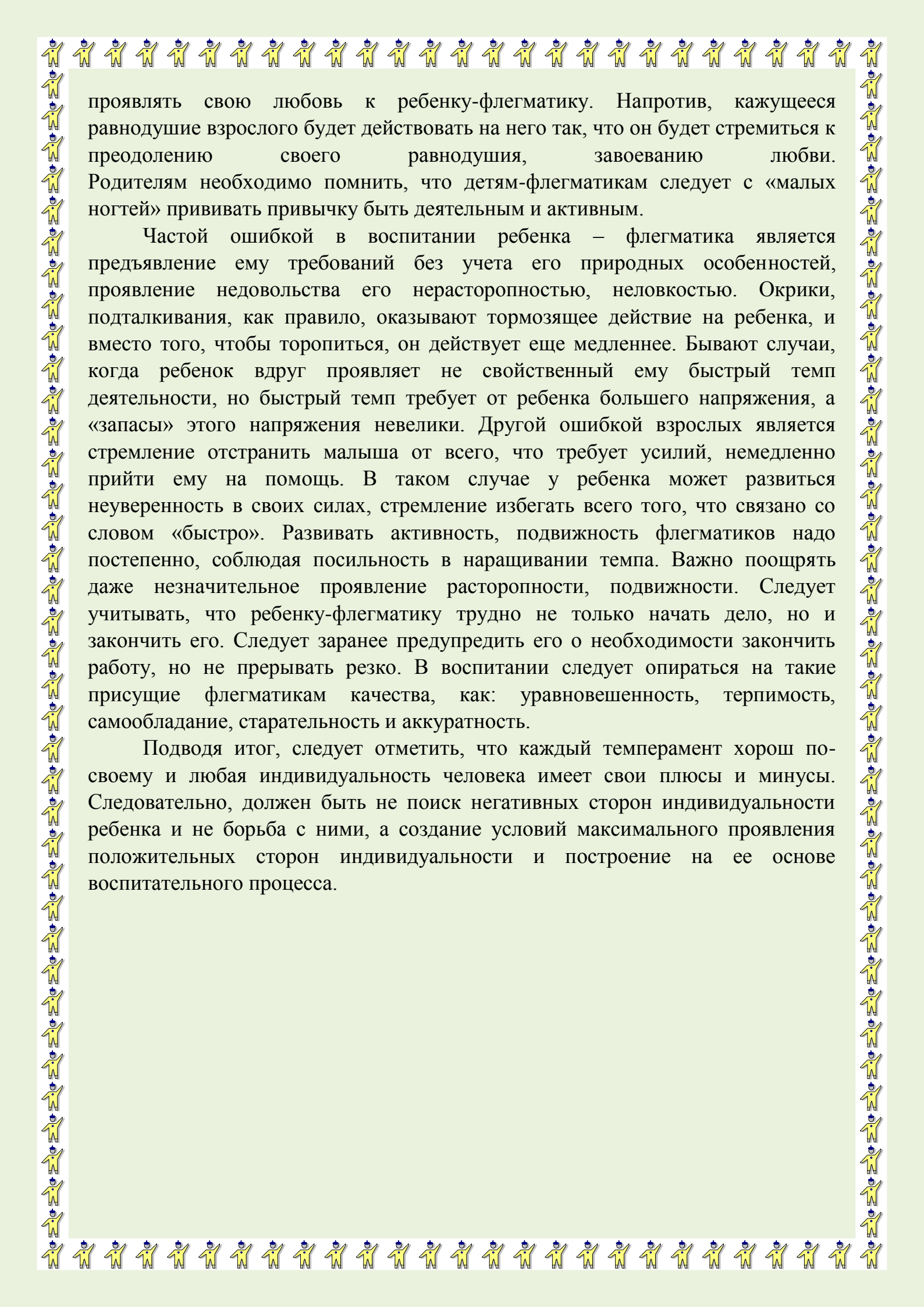
Родители должны помнить, что воспитание детей с холерическим темпераментом требует особого терпения и гуманности, ибо нажим, а тем более репрессии вызывают противодействие и даже ненависть. В отношении холерика необходимо учитывать, что часто именно характерные для них активность, подвижность, напористость, эмоциональность помогают им занять





в детском обществе благоприятное положение. Поэтому целесообразно шире использовать любимые ими подвижные игры при формировании Я-концепции, развитии умения взаимодействовать с другими людьми. Холерики легко возбудимы, как правило, очень энергичны. Сложность воспитания такого ребенка нередко усугубляется неправильным отношением к нему взрослых, которые любой ценой пытаются препятствовать излишней активности ребенка. Целесообразнее направить эту активность в нужное русло, так организовать его жизнь, чтобы она находила полезное применение. Надо считаться с тем, что ребенок-холерик легко возбуждается, его трудно остановить, успокоить. Ни в коем случае нельзя применять «силовые меры» — окрики, угрозы. От этого возбуждение только усиливается. С возбудимым ребенком следует говорить спокойно, но требовательно, без уговоров. Так как у этих детей слабый тормозной процесс, их не следует корить за чрезмерное возбуждение. Нужно помочь его обуздать, и здесь будут уместны шутка, юмор. Холерик нуждается в более щадящем режиме. Во второй половине дня целесообразно ограничивать все, возбуждающее нервную систему. Полезны все виды занятий, помогающие развитию сосредоточенности и сообразительности — настольные игры, рисование, конструирование — словом, все, что может увлечь и требует усидчивости. Следует развивать сдерживающие механизмы: умение ждать, отсрочить свои желания, сдерживать свою импульсивность. Ребенку-холерику трудно выполнять правила общения: говорить спокойно, ждать своей очереди, уступать. Этому его следует учить, применяя одобрение, напоминания. Важно оценивать по достоинству присущие таким детям решительность, смелость, энергичность, устойчивость их интересов, нередко проявляющуюся инициативность.

**Флегматик.** Медлительный молчун, спокойный и часто полненький. Любит несколько игрушек, мало фантазирует, играет спокойно, не шумно. Мало двигается, любит поспать, засыпает легко, встает поздно, кушает много, в еде не разборчив. Тщательно складывает игрушки, одежду, любит порядок и добротность во всем: пьет только из своей чашки, ест только своей ложкой, в садике играет только своей игрушкой. Если что-то не так, может добиваться своего с почти холерической энергией. Разговаривает медленно, с паузами, терпеть не может игры, где надо проявлять быстроту, сноровку. Это «надежный» ребенок, послушный и пунктуальный. Знает много стихов и песен, новое не любит, а с удовольствием выполняет уже известное. Для других детей он скучен и ленив, они не приглашают его в свои активные игры, но любят играть с ним в традиционные ролевые игры. Схватывает и запоминает новые правила и информацию медленно, но надежно, редко ошибается. В совместных занятиях рекомендуются упражнения на развитие творческой фантазии, занятия музыкой, вышиванием, лепкой, рисованием. Не надо делать ребенка «удобным» для себя. В игре не предоставляйте ребенка самому себе, тормозите, зажигайте, заинтересовывайте. Не стоит настойчиво внешне



проявлять свою любовь к ребенку-флегматику. Напротив, кажущееся равнодушие взрослого будет действовать на него так, что он будет стремиться к преодолению своего равнодушия, завоеванию любви. Родителям необходимо помнить, что детям-флегматикам следует с «малых ногтей» прививать привычку быть деятельным и активным.

Частой ошибкой в воспитании ребенка – флегматика является предъявление ему требований без учета его природных особенностей, проявление недовольства его нерасторопностью, неловкостью. Окрики, подталкивания, как правило, оказывают тормозящее действие на ребенка, и вместо того, чтобы торопиться, он действует еще медленнее. Бывают случаи, когда ребенок вдруг проявляет не свойственный ему быстрый темп деятельности, но быстрый темп требует от ребенка большего напряжения, а «запасы» этого напряжения невелики. Другой ошибкой взрослых является стремление отстранить малыша от всего, что требует усилий, немедленно прийти ему на помощь. В таком случае у ребенка может развиваться неуверенность в своих силах, стремление избегать всего того, что связано со словом «быстро». Развивать активность, подвижность флегматиков надо постепенно, соблюдая посильность в наращивании темпа. Важно поощрять даже незначительное проявление расторопности, подвижности. Следует учитывать, что ребенку-флегматику трудно не только начать дело, но и закончить его. Следует заранее предупредить его о необходимости закончить работу, но не прерывать резко. В воспитании следует опираться на такие присущие флегматикам качества, как: уравновешенность, терпимость, самообладание, старательность и аккуратность.

Подводя итог, следует отметить, что каждый темперамент хорош по-своему и любая индивидуальность человека имеет свои плюсы и минусы. Следовательно, должен быть не поиск негативных сторон индивидуальности ребенка и не борьба с ними, а создание условий максимального проявления положительных сторон индивидуальности и построение на ее основе воспитательного процесса.