



**ВЕСТНИК
психологической службы
для родителей**

№24

Разработали психологи школы:

Антонова Анна Валерьевна
Нифонтова Анна Владимировна

Контакты:
8(499)9770066

Темперамент

Особенности темперамента человека накладывают отпечаток на то, как он склонен реагировать в той или иной ситуации, насколько он, активен, вынослив, эмоционален и т.д.

Темперамент относится к индивидуальным особенностям человека и связан свойствами нервной системы.

Зная особенности темперамента своего ребенка, можно лучше понять его, и подобрать подходящие методы воспитания.

Вы наверняка слышали, что существует 4 типа темперамента:

Холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.

Леонида Сурженко в книге «Как вырастить сына» описывает особенности каждого темперамента.

Сангвиник.

То есть: в меру подвижный, довольно выносливый и активный, практически всегда в хорошем настроении, порученную работу выполняет на совесть, причем делает все в хорошем темпе. Рассудителен, особых хлопот не доставляет, плачет, когда больно, смеется, когда смешно. Довольно «удобный» ребенок. Уживается практически с любым типом родителя. Скорее всего, с ним будет меньше хлопот, нежели с другим детишками. Может быть, меньше и драйва — но это уж на любителя.

Чего ожидать: Активности, но не «запредельной». Неугомонности — у сангвиника много сил, ему нужно их тратить. Поэтому слишком спокойным родителям, в общем, придется побегать.

Чего избегать: Застоя. Этот ребенок должен двигаться, развиваться, изучать. Таким детям нужна работа, занятие. Излишняя опека, всяческое кутание, «укрывание» от трудностей и забот губят такого ребенка. Его стихия – преодоление.

Холерик

То есть: непоседа, забияка, сотни дел вспыхивает, как порох, хватается за все и очень быстро сгорает. Эмоции богатые и очень яркие, но какие-то неглубокие, нестойкие. Не отличается особой силой и выносливостью, долгие занятия его утомляют. Бывает очень надоедливым. Нужен глаз да глаз никогда не знаешь, куда его занесет.

Чего ожидать: действия. Непрерывного. Иногда бестолкового, хаотичного, неугомонного. Того, что с ним «не соскучишься». Что за этим ребенком нужен постоянный присмотр. И еще — что его или ее эмоции предсказать нелегко.

Чего избегать: занудства и однообразия. Длительных нравоучений и тоскливого ничегонеделания. Лишней критики. Не поможет, а вот отношения испортятся.

Флегматик — это уже совершенно другой мир.

То есть: медлительность, спокойствие весьма «позднее зажигание», инерция, выносливость. Эмоционально флегматик более спокоен, чем сангвиник, и тем более, чем холерик, тем не менее он способен на сильные чувства. Довольно вынослив, любит неторопливые, знакомые занятия. Хорошо выполняет длительную монотонную работу. Не очень-то ориентируется в новом и не жалуется на изменения. Трудно раскачать, но и остановить не просто.

Чего ожидать: предсказуемости, «непробиваемости», устойчивости. Того, что придется попотеть, прежде чем удастся его расшевелить. Исполнительности и относительной аккуратности. Пунктуальности — он никуда не спешит, потому и никуда не опаздывает.

Чего избегать: понуканий и спешки. Не помогут, хотя иногда процесс ускорить и удастся. Правда, незначительно. Ибо спешка — это не стихия флегматика. Как не его стихия — быстрое ориентирование в ситуации. И еще не стоит давать ему множество разнообразных заданий — зря потратите время и нервы. И свои, и его.

А что с меланхоликом?

То есть: слабым, плаксивым, очень чувствительным ребенком, для которого любая нагрузка, любая ответственность — это стресс. У которого на большинство жизненных неурядиц ответ один — слезы. Который не выносит улетных вечеринок и избегает шумных праздников.

Чего ожидать от этого ребенка? Как правило, постоянных жалоб, «не могу» и «не хочу», малоподвижности и острой зависимости от мамы. Не любит оставаться в одиночестве, в то же время не слишком-то жалуется обществу и просто не переносит шумные компании. Не любит работу и вообще физическую нагрузку, к большинству занятий быстро теряет интерес и утомляется.

Чего избегать: обвинений, разоблачений, сравнений с другими детьми. Не стоит его стыдить за слабость и нежелание что-то делать: пониженный тонус для такого ребенка — природная данность.

Очень важно оказывать поддержку такому ребенку, заботиться, не перегружать.

Помните четырех главных героев из мультфильма про Пятачка и Винни-Пуха: поросенок Пятачок (холерик), медвежонок Винни (сангвиник), мудрая Сова (флегматик) и задумчивый, грустный Иа (меланхолик).

Чего от них ожидать? Понятно, что испортить настроение Винни-Пуху гораздо сложнее, нежели ранимому ослику Иа. Само собой, что рассудительная Сова будет довольно медлительной, зато сделает все аккуратно и без суеты. А Пятачок легко загорится новой идеей, но также легко и остынет. Учитывая темперамент нашего ребенка, мы избежим множества проблем и трудностей. Скажу больше: мы станем лучше понимать друг друга».

Литература:

Сурженко Л.А. Как вырастить сына. Книга для здравомыслящих родителей. — СПб.: Питер, 2014.-224 с.: ил.