



Темперамент.
Раннее детство.

План консультации

1. Упражнение «Педагогический симпозиум»
2. Мини-лекция «Темперамент»
3. Методика определения типа темперамента ребенка
4. Упражнение «Игры для детей различных типов темперамента»
5. Тест для взрослых «Тип темперамента»
6. Теоретическая справка

Упражнение «Педагогический симпозиум»

Цель: Повышение мотивации участников к обучению, выявление интересов слушателей.

Содержание: Каждому участнику выдается бланк анкеты с 5-6 вопросами. Каждый участник отвечает на вопросы анкеты в течение 3-7 минут

Вопросы к упражнению

1. Считаете ли Вы, что ребенку до трех лет необходимо предоставить полную свободу?
2. Что необходимо в первую очередь развивать:
 - интеллект
 - речь
 - воображение
 - навыки общения
 - навыки самообслуживания
3. Какие наказания для ребенка раннего возраста считаете наиболее эффективными:
 - наказание ремнем
 - нотация
 - запрещение смотреть телевизор
 - принуждение стоять в углу
4. С какого возраста, на Ваш взгляд, стоит учить ребенка чтению:
 - с 6 мес.
 - с 1 года
 - с 2 лет
 - гораздо позже
5. В каком случае развитие ребенка будет проходить более эффективно:
 - в яслях
 - дома с няней
 - дома с бабушкой
 - дома с гувернанткой
 - в школе раннего развития детей до трех лет.

После выполнения задания ведущий дает следующую инструкцию: «Сейчас ваша задача состоит в том, чтобы по результатам анкетирования объединиться в команды единомышленников. По какому принципу вы будете объединяться и сколько будет сформировано команд – решать вам». На выполнение этого этапа работы отводится от 5 до 10 мин, в зависимости от активности группы.

После того как команды сформированы, дается следующее задание: «Представьте, что вы готовитесь к выступлению на Международном симпозиуме, посвященном проблемам развития детей раннего детства. Задача каждой команды – сформулировать и обосновать 2-3 главных направления воспитания ребенка раннего возраста. Кроме того, основные взгляды на проблему желательно отразить с помощью девиза и эмблемы команды»

После совместного обсуждения в подгруппах проходит презентация каждой команды в кругу. На заключительном этапе проводится либо общее обсуждение, либо тренер сам подводит итоги выполнения упражнения.

Если позволяют условия, результаты групповой работы можно зафиксировать на отдельных больших листах ватмана и вывесить в аудитории для использования этой информации во время дальнейшей работы.

Мини-лекция «Темперамент»

Одной из главных устойчивых индивидуальных особенностей личности является темперамент.

Особенности темперамента человека – важное условие, с которым следует считаться при индивидуальном подходе к воспитанию, обучению и всестороннему развитию его способностей.

Р.М.Грановская



По И.П.Павлову: сангвиник обладает сильным, уравновешенным, подвижным типом нервной системы, флегматик – сильным, уравновешенным, инертным, холерик – сильным, неуравновешенным, меланхолик – слабым.

Немецкий психолог Г.Айзенк определяет темперамент по двум основным критериям: экстраверсия - интроверсия и эмоциональная стабильность.

Зная некоторые особенности темперамента ребенка, родители уже с первых дней воспитания малыша могли бы избежать некоторых ошибок. Каждый из 4 типов темперамента требует к себе определенного подхода.

Дети-экстраверты проявляют себя как общительные, требующие похвалы и одобрения. Они любят бывать среди людей, немедленно рассказывать о том, что думают и переживают. Они много говорят и легко вступают в контакт с другими детьми. Интроверты умеют думать и наблюдать, могут относительно долго находиться в одиночестве, любят все делать самостоятельно и редко говорят о сво-

их переживаниях. После длительного общения с другими детьми или незнакомыми взрослыми ребенок-интроверт, скорее всего, утомлен, а ребенок-экстраверт, вероятно, напротив – активен.

Родителям детей-**интровертов** рекомендуется обеспечить их чаду возможность иногда побыть в тишине, с головой окунуться в какие-либо свои дела (игры или другие занятия), не требовать от ребенка, чтобы он немедленно отвечал на просьбы и вопросы взрослых. Желательно так организовать рабочее пространство (игровой уголок), место для сна, место за обеденным столом и т.д., чтобы ребенку было просторно. Эти рекомендации относятся к детям-**флегматикам и меланхоликам**.

Родителям детей-**экстравертов** рекомендуется как можно чаще хвалить своих малышей и научить других родственников делать то же самое, обсуждать с малышами различные проблемы, постараться сделать так, чтобы они находились в обществе детей и взрослых. Требуется много терпения, чтобы научиться выслушивать их, а не отвечать тут же, не перебивая сына или дочь. То, что говорит экстраверт, - это не пустая болтовня, а мысли вслух. Это касается **холериков и сангвиников**.

Родителям эмоционально нестабильных детей (**холериков**) необходимо при нарастании эмоционального напряжения применять отвлекающие приемы. Следует больше наблюдать за поведенческими проявлениями их детей и воздействовать на малыша до того, как он расплачется или сильно разозлится. Ребенка надо переключить на другое занятие, заинтересовать чем-либо или просто успокоить. Для того чтобы избежать многочисленных конфликтов, вызванных плохим настроением ребенка, родители могут прибегать к добродушному юмору и созданию дружелюбной атмосферы. В минуту, когда ребенок перевозбудился, можно использовать известный прием под названием «тайм-аут» (т.е. небольшая передышка). Смысл приема состоит в следующем. Ребенка уводят в спокойное место, где ему можно сделать легкий массаж; спокойно, ласково, без лишних эмоций поговорить или даже пошептать с ним или просто помолчать, пока не наступит ощущение покоя. Родителям эмоционально нестабильных детей следует учиться контролировать свои эмоции. Прежде чем сказать что-либо в порыве страсти или гнева, рекомендуется остановиться и сосчитать до десяти или сделать несколько глубоких вдохов, или просто задуматься над тем, помогут ли окрики и нотации.

Родителям **меланхоликов** следует позаботиться о том, чтобы у ребенка не было эмоциональных перегрузок, чтобы он слишком долго не сидел у телевизора. Ребенок должен знать, что он имеет полное право погрузиться и поплакать, - это нормально. В такие минуты можно предложить ему погулять или почитать ему интересную книжку, или дать возможность побыть одному. Родителям также следует наблюдать за проявлением собственных эмоций, переживаний, чтобы плохое настроение взрослых не передалось малышу. Ребенку-меланхолику лучше иметь в семье очень близкого человека, с которым он мог бы постоянно делиться своими проблемами. При общении с ребенком лучше предлагать ему такие занятия, как рисование, лепка, мягкие игрушки. Дети-меланхолики любят животных, которых можно приласкать и погладить. Грубое обращение с маленькими меланхоликами неприемлемо.

С ребенком-**сангвиником** родителям стоит играть в веселые подвижные игры, совместно просматривать диафильмы, сочинять и фантазировать. Сангвиник

быстро переключается с одного занятия на другое, поэтому в арсенале взрослого всегда должны быть разноплановые нескучные игры.

Дети-холерики также любят подвижные игры. Им рекомендуется заниматься плаванием, прыжками на батуте, ритмическими танцами. Таких детей нельзя стыдить в присутствии посторонних, ребенку необходимо помочь научиться держать себя в руках.

Детям-флегматикам рекомендуются следующие виды деятельности: занятия лепкой, рисованием. Родители также могут развивать фантазию ребенка.

Методика
определения типа темперамента ребенка
 Методика Г.П.Лаврентьевой, Т.М.Титаренко 1992 г.

Уважаемые взрослые! Проследите, пожалуйста, как ведет себя ребенок в следующих ситуациях. Для этого каждый раз, наблюдая за реакцией ребенка, ставьте пометку в соответствующей графе.

1. Как ведет себя ребенок, если возникает необходимость быстро, безотлагательно действовать?

а) включается легко, без ярких эмоций	б) включается очень активно, эмоционально	в) включается неторопливо	г) включается робко, осторожно
---------------------------------------	---	---------------------------	--------------------------------

2. Как реагирует ребенок на замечания взрослого?

а) говорит, что больше не будет, но позже делает то же самое	б) не слушает и поступает по-своему, проявляет бурную реакцию	в) молчит, принимает к сведению, обдумывает	г) обижается, молчит, долго переживает, плачет
--	---	---	--

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

а) быстро, прислушиваясь к высказываниям других	б) стремительно, страстно, никого не слушая	в) спокойно и уверенно	г) с сомнениями, неуверенно, оглядываясь на других
---	---	------------------------	--

4. Как ребенок ведет себя в непривычной для него обстановке (в кабинете врача, заведующего д/с)?

а) легко ориентируется, проявляет любопытство, активность	б) возбужден, иногда излишне беспокоен	в) внимательно, обстоятельно осматривает все вокруг	г) слушается взрослых, ведет себя застенчиво
---	--	---	--

Если ребенок чаще всего проявляет реакции по типу «А», можно считать, что у него преобладают сангвинистические черты темперамента, по типу «Б» – холерические черты; по типу «В» – флегматические; по типу «Г» – меланхолические черты.

Упражнение «Игры для детей различных типов темперамента»

Цель Потренироваться в составлении четких правил игры и инструкций, понятных детям раннего возраста

Содержание Каждой группе педагогов выдается карточка с указанием одного из типов темперамента. Все команды проводят одну игру для детей данного вида темперамента.

Рекомендации тренеру: Желательно, чтобы названия игр и их описание были зафиксированы каждой подгруппой на больших листах бумаги. Результатами совместной работы в этом случае могут воспользоваться все присутствующие. Особенно полезно это упражнение для педагогов, только начинающих работать с детьми раннего возраста. Они получают замечательную возможность потренироваться в умении четко формулировать правила игры и инструкции для малышей.

Оснащение Листы ватмана, фломастеры.

Игры для детей различных типов темперамента

Тип темперамента	Название игр
Меланхолики	Игра с лентами под медленную спокойную музыку; конструкторы; настольные игры; игра с большим мячом; игры с водой; экспериментирование с красками; «Мой хороший попугай»
Сангвиники	Рвать бумагу и играть с ней; хороводы; игры с водой, песком; игры с подушками, «Лягушки»
Холерики	Игры с кеглями; «Коршун»; «Кенгуру»; «Покажи нос»
Флегматики	«Помоги Тане»; игры-эксперименты; пазлы

Игры для детей

ИГРА «МОЙ ХОРОШИЙ ПОПУГАЙ»

ЦЕЛЬ: Развитие эмпатии детей, быстроты реакции, снятие агрессии, расширение словарного запаса и поведенческого репертуара детей.

СОДЕРЖАНИЕ: Дети стоят в кругу, плотно прижимаясь плечиками друг к другу. Воспитатель бросает кому-либо из них плюшевого попугая (или другую мягкую игрушку). Ребенок, поймав игрушку, должен прижать ее к себе, назвать ласковым именем и передать (или перебросить) ее другому ребенку.

Сначала игра проходит в очень медленном темпе, т.к. дети с трудом находят ласковое имя для попугая, не умеют передавать игрушку кому-либо из играющих. Но затем, по мере освоения этих операций, темп игры, как правило, ускоряется.

Для более старших детей, которые уже умеют говорить, можно использовать стихотворное сопровождение:

Мой хороший попугай,
не его скорее дай.
Он красивый, он хороший
И еще...

ребенок добавляет свое ласковое слово, например, «Он добрый очень».

ИГРА «ЛЯГУШКИ»

ЦЕЛЬ: Развитие умения подчиняться словесной инструкции, формирование чувства ритма, развитие координации движений, снятие излишней двигательной активности, сплочение группы.

СОДЕРЖАНИЕ: Все дети сидят на маленьких подушечках-думочках. Затем они начинают передвигаться на этих подушечках по ковру и приговаривают все вместе:

Две лягушечки с утра
Съесть хотели комара.

Далее воспитатель говорит:

Комары все улетели,
И лягушки их не съели.

Дети встают с подушек и все вместе пляшут, взявшись за руки и припевая:

Тара-ра, тара-ра,
Веселиться всем пора.

ИГРА «КОРШУН»

ЦЕЛЬ: Развитие внимания, быстроты реакции, умения следовать инструкции взрослого, обучение навыкам взаимодействия с детьми.

СОДЕРЖАНИЕ: Воспитатель надевает шапочку курочки и говорит, что все дети – «цыплята» – живут вместе с мамой-курочкой в курятнике. Курятник можно обозначить мягкими блоками или стульчиками.

Затем «курочка» с «цыплятами» гуляют (ходят по комнате). Как только воспитатель говорит: «Коршун» (предварительно с детьми проводится беседа, во время которой им объясняется, кто такой коршун и почему цыплятам следует его избегать), все дети бегут обратно в домик.

После этого воспитатель выбирает другую «курочку» из числа играющих детей. Игра повторяется.

В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из «курятника» и погулять, тихонько помахивая руками, как крылышками, потанцевать вместе, попрыгать. Можно предложить детям поискать «цыпленка», который потерялся. Дети вместе с воспитателем ищут заранее спрятанную игрушку – пушистого цыпленка. Малыши вместе с воспитателем рассматривают игрушку, гладят ее, жалеют и относят на место.

с целью развития двигательных навыков можно усложнить игру следующим образом. Для того чтобы попасть в домик-курятник, дети должны не просто вбежать в него, а подползти под реечку, которая лежит на высоте 60-70 см.

ИГРА «КЕНГУРУ»

ЦЕЛЬ: Обучение детей двигаться в паре, подстраиваться к ритму движения партнера

СОДЕРЖАНИЕ: Дети разбиваются на пары (совсем маленьких расставляет воспитатель). Один ребенок – «кенгуру» – стоит, второй «кенгуренок» – сначала встает к нему спиной, а затем приседает. Дети берутся за руки. Их задача – не расцепляя рук, пройти в таком положении до воспитателя (до стены, до окна...).

ИГРА «ПОКАЖИ НОС»

ЦЕЛЬ: развитие слухового внимания, обучение детей ориентации на своем теле.

СОДЕРЖАНИЕ: Все играющие стоят напротив воспитателя, который говорит им:

Раз, два, три, четыре, пять,
Начинаем мы играть.
Вы смотрите, не зевайте
И за мной все повторяйте,
Что я вам сейчас скажу
И при этом покажу

Далее воспитатель называет вслух (можно вместе с детьми и одновременно показывает на себе) какую-либо часть лица, тела:

«Уши-уши» – все показывают уши.

«Глазки-глазки» – все показывают глазки.

«Ручки-ручки» – все показывают ручки и т.д.

Когда дети привыкнут к этой инструкции, воспитатель может усложнить игру: он специально путает детей – называет одну часть тела или лица, а показывает другую. Дети должны заметить это и не повторить неверное движение. Воспитатель может помогать им, изменяя интонацию, хитро улыбаясь, тем самым заостряя внимание на каком-либо движении.

ИГРА «ПОМОГИ ТАНЕ»

ЦЕЛЬ: Воспитание навыков партнерского общения, усиление мотивации к общению, снятие тревожности у детей.

СОДЕРЖАНИЕ: Воспитатель говорит, что у девочки Тани случилась беда: сломались все игрушки, и ей больше не во что играть. Детям показывают несколько заранее подобранных старых игрушек, каждая из которых разделена на две части. Например, шляпка гриба и ножка гриба, две части одной матрешки и др. Полученные детали раздают детям – каждому ребенку по одной – и просят их помочь Тане починить ее игрушки.

Задача малышей – найти отдельные части игрушки и соединить их.

На первых порах можно играть в эту игру со взрослым.

Тест
Тип темперамента
Автор В.И.Жуковская

1. Паспорт холерика

Верно ли, что Вы:

1. Неусидчивы, суетливы.
2. Невыдержаны, вспыльчивы.
3. Нетерпеливы, реактивны.
4. Резки и прямолинейны в отношениях с людьми.
5. Решительны и инициативны.
6. Энергичны.
7. Находчивы в споре.
8. Работаете рывками.
9. Склонны к риску.
10. Незлопамятны и необидчивы.
11. Обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью.
12. Неуравновешенны и склонны к горячности.
13. Агрессивны.
14. Нетерпимы к недостаткам.
15. Обладаете выразительной мимикой.
16. Способны быстро действовать и решать.
17. Неустанно стремитесь к новому.
18. Обладаете резкими, порывистыми движениями.
19. Настойчивы в достижении поставленной цели.
20. Склонны к резким сменам настроения.

2. Паспорт сангвиника

Верно ли, что Вы:

1. Веселы и жизнерадостны.
2. Деловиты.
3. Часто не доводите начатого дела до конца.
4. Склонны переоценивать себя, свои возможности.
5. Способны быстро схватывать новое.
6. Неустойчивы в интересах и склонностях.
7. Легко переживаете неудачи и неприятности.
8. Легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам.
9. С увлечением беретесь за любое новое дело.
10. Быстро остываете, если дело перестает вас интересовать.
11. Быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую.
12. Тяготитесь однообразием, будничной, кропотливой работой.
13. Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми людьми.
14. Выносливы и работоспособны.
15. Обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой.

16. Сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке.
17. Обладаете всегда бодрым настроением.
18. Быстро засыпаете и пробуждаетесь.
19. Часто несобранны, проявляете поспешность в решениях.
20. Склонны иногда скользить по поверхности.

3. Паспорт флегматика

Верно ли, что Вы:

1. Спокойны и хладнокровны.
2. Последовательны.
3. Осторожны и рассудительны.
4. Работаете спокойно, медленно, редко отдыхаете.
5. Молчаливы и не любите попусту болтать.
6. Обладаете спокойной, равномерной речью с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики.
7. Сдержанны и терпеливы.
8. Доводите начатое дело до конца.
9. Не тратите попусту сил.
10. Строго придерживаетесь выработанного распорядка в жизни и системы в работе.
11. Легко сдерживаете порывы.
12. Маловосприимчивы к одобрению и порицанию.
13. Незлобливы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес.
14. Постоянны в своих отношениях и интересах, умеете ждать.
15. Медленно включаетесь и переключаетесь с одного дела на другое.
16. Ровны в отношениях со всеми.
17. Любите аккуратность и порядок во всем.
18. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке.
19. Инертны, малоподвижны, вялы.
20. Обладаете выдержкой.

4. Паспорт меланхолика

Верно ли, что Вы:

1. Стеснительны и застенчивы.
2. Теряетесь в новой обстановке.
3. Затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми.
4. Легко переносите одиночество.
5. Не верите в свои силы, падаете духом при невзгодах.
6. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах.
7. Склонны уходить в себя.
8. Быстро утомляетесь, нуждаетесь в более частых перерывах для отдыха.
9. Обладаете слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота.
10. Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника.
11. Впечатлительны до слезливости, тревожны.
12. Чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию.
13. Предъявляет высокие требования к себе и окружающим.

14. Склонны к мнительности.
15. Болезненно чувствительны и легко ранимы.
16. Чрезмерно обидчивы.
17. Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями.
18. Малоактивны в работе.
19. Безропотно покорны.
20. Стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих.

Формула темперамента

$$\text{ФТ} = X(\text{Ах}/\text{А} \cdot 100\%) + \text{С}(\text{Ас}/\text{А} \cdot 100\%) + \text{Ф}(\text{Аф}/\text{А} \cdot 100\%) + \text{М}(\text{Ам}/\text{А} \cdot 100\%).$$

где ФТ – формула темперамента; X – холерический темперамент; С – сангвинистический темперамент; Ф – флегматический темперамент; М – меланхолический темперамент; Ах – число «+» в паспорте холерика; Ас – число «+» в паспорте сангвиника; Аф – число «+» в паспорте флегматика; Ам – число «+» в паспорте меланхолика; А – общее число «+» по всем «паспортам» темпераментов.

Для того чтобы определить процентное соотношение каждого типа темперамента в структуре индивидуальности человека, необходимо сосчитать общее количество положительных ответов по всему тесту (А); затем число «+» в паспорте холерика (Ах) разделить на общее число «+» (А) и умножить на 100%. Таким образом получится процентное соотношение холерического типа темперамента. Аналогичные расчеты проводятся для всех типов темперамента.

Теоретическая справка

ТЕМПЕРАМЕНТЫ

Когда человек рождается, он отличается от других внешностью, ростом, цветом волос, глаз, а также и своим темпераментом.

Каждый тип темперамента может характеризоваться комплексом как положительных, так и отрицательных психологических черт. Поэтому целью воспитания является не то, чтобы переделать один тип в другой, а то, чтобы добиться развития свойственных каждому темпераменту положительных черт и исключения тех, которые мешают становлению гармоничной личности.

Непосредственно темперамент проявляется в том, что одному человеку легче, чем другому, выработать необходимые реакции поведения, и приемы выработки для них нужны разные.

Зная темперамент вашего ребенка, можно легче ориентировать свое поведение в общении с ним. Игнорирование же может привести к нежелательным последствиям (отчуждению, грубости, замкнутости).

Из-за незнания темперамента вашего сына или дочери происходит большинство конфликтов. Родители пытаются добиться от ребенка не присущей ему активности или усидчивости, на которую он не способен по складу своей натуры.

Какой темперамент у вашего ребенка?

Холерики

Холерик — личность неуравновешенная, несдержанная, вспыльчивая, даже необузданная. С трудом выполняет монотонную работу, реакции быстрые, сильные. За дело берется с жаром, но быстро остывает — появляется “наплеватьское” настроение. В общении нетерпелив и резок. Мимика и движения энергичны, темп работы быстрый.

Часто подростки с таким темпераментом срывают уроки, ввязываются в драки, вобще доставляют множество хлопот родителям и учителям. Это задорные, боевые, активные ребята. Они становятся заводилами в среде сверстников, вовлекая их в различные романтические предприятия.

Если родители или учителя пытаются переломить характер таких подростков, чаще всего ограничивают свободу движений. Но тогда возникает естественный протест, так как нервная система таких ребят не может работать по-другому. Такие подростки становятся чаще иных трудными. Используйте чрезмерную подвижность ребенка. Назначайте его в помощники на уроках или в домашних делах, но работа не должна требовать долгого сидения на одном месте. Направьте активность подростка в нужное русло.

Меланхолики

Меланхолик — неуравновешен, глубоко переживает любое событие при вялом и слабом внешнем реагировании. Реакция замедленная. Чувствителен, раним, боится трудностей, отличается повышенной тревожностью. Избегает непредвиденных ситуаций. Предпочитает выполнять действия, не требующие психического напряжения. Мимика и движения медленные, бедные, голос тихий, невыразительный.

Часто этим ребятам трудно в коллективе. Они не могут' противостоять несправедливости, часто попадают под чужое влияние, их дразнят, обижают. Домашние задания у таких детей выполняются всегда хорошо и аккуратно, а вот у доски они теряются.

Подростки-меланхолики нередко робкие и стеснительные, они могут легко расплакаться.

Постарайтесь выявить у таких подростков таланты, которые часто скрыты за нерешительностью. Это повысит их престиж в классе.

Сангвиники

Сангвиник — личность уравновешенная, его реакции отличаются скоростью и умеренной силой. Отсюда его ровная активность, энергичность, способность легко приспосабливаться к новым условиям. Он быстро овладевает новыми профессиональными знаниями, может долго работать, не утомляясь, при условии, что работа разнообразная. Отчетлив интерес к окружающим людям и обстоятельствам. Интересы широкие, разнообразные. Подвижный, общительный, легко переносит трудности и невзгоды. Мимика и движения выразительны, речь быстрая.

Такие ребята быстро приспосабливаются к окружающей обстановке, легко схватывают материал. Трудолюбивы, часто лидируют в коллективе. Но при неправильном воспитании могут стать лицемерами и приспособленцами. Наблюдайте за таким ребенком. По возможности передавайте ему ответственность: поручайте важные дела. Хвалите, если все сделано правильно, но не допускайте захваливания. Пресекайте его попытки помыкать сверстниками.

Флегматики

Флегматик уравновешен. Реакции на события медленные, спокойные. Отличается большой и ровной силой, длительностью ее воздействия. Инертен, трудности и невзгоды умеет перетерпеть. Упорен, терпелив. Трудно сходит с людьми, в общении избирателен. Не находчив, речь и движения неторопливы.

Такие дети организованы, выдержаны. Всегда аккуратно одеты, спокойны и медлительны. Им трудно переключиться от одного вида деятельности к другому. Такие подростки не участвуют в спортивных соревнованиях, они не бывают лидерами, но к ним часто идут за советами и разрешением проблем.

Не пытайтесь переломить медлительность такого ребенка. Не смейтесь над его недостатками. Перевоспитать флегматика необычайно трудно! Продумайте режим, привычки, которые должны быть основой жизни такого ребенка, — они сохранятся на долгие годы.

Вы живете с ... !

Темперамент	Особенности темперамента	Примерные рекомендации в воспитании
Сангвиник	Живо и с большим интересом откликается на все, привлекающее его внимание. По лицу его легко угадать, какое у него настроение. Громко смеется, его мож-	Необходимо воспитывать в ребенке усидчивость, попеременно чередуя физическую работу с умственной. Требовать, чтобы знания не были поверхностны-

	<p>но сильно рассердить. Может быстро сосредоточиться, энергичен и работоспособен. Не утомляется. Подчиняется дисциплине. Чувства, настроения, интересы и стремления очень изменчивы. Стремится к общению и быстро устанавливает контакт с людьми.</p>	<p>ми, а соответствовали возможностям (если ребенок способен запомнить больше, чем положено по программе, обязательно требуйте глубоких знаний). Старайтесь, чтобы у ребенка не развилось самонравие, что он лучше всех и все может, так как это ведет к неудачам в будущем: он будет жаловаться, что начальник не дает ему развернуться, что жена к нему относится не так и т. д. Ставьте перед подростком новые и новые задачи, по старайтесь, чтобы они не были слишком трудными (пропадает интерес) или легкими (развивается самонравие). Не забудьте о физическом развитии — это поможет нейтрализовать лишнюю энергию.</p>
Холерик	<p>Высокая активность, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Неустойчивость интересов и стремлений. Сложности в переключении внимания. Настойчив. Чаще всего неформальные лидеры, способны повести за собой ребят. Так же часто становятся “шутами”, “изгоями”. Постоянное желание попробовать что-либо новое, интересное. Часто попадают в полярные ситуации, в конфликты, драки и здесь же могут быть первыми в движениях скаутов, Гринпис. Часто фанатично чему-либо преданы.</p>	<p>Старайтесь направить активность холерика в положительное русло, так как он может вступить в организации фанатиков фашистского, сатанистского или явно криминального толка. Их приведет туда любопытство и стремление быть приверженцем одной идеи. Старайтесь, чтобы подросток получал достаточное количество информации о различных сектах, а также наркотиках. Это удержит ребенка от срывов. Обязательно заинтересуйте его каким-либо делом: спортивная секция, танцы, туризм и т. д. Это поможет ребенку реализовать себя. Позволяйте приводить иногда шумные компании домой, таким образом вы вникнете в жизнь, которой живет ваш сын или дочь. Вообще, будьте информированы и будьте ребенку другом. Не ругайте за срывы, если в них нет ничего серьезного. Поддержите!</p>
Флегматик	<p>Слабо эмоционален. Трудно рассмешить и опечалить. В любых ситуациях остается спокоен. Медлителен. Трудно переключается на другую работу. Ненаходчив, с трудом сходитесь с людьми, работоспособен, уютно чувствует себя в новой обстановке. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием.</p>	<p>Постарайтесь, чтобы ваши сын или дочь нашли себе место, где бы могли общаться со сверстниками. Здесь неопределима роль различных секций или кружков. Постоянно напоминайте ребенку, что он должен быть внимателен к людям, не бояться новой обстановки. Пусть представляет себе самое хорошее и настраивает себя на лучшее. За рабочим столом ничего не должно отвлекать его внимание. Но подросток может заниматься часами, поэтому меняйте ему виды деятельности. Не создавайте тепличных условий, это приведет к проблемам в</p>

		<p>будущем. Ребята такого типа очень ранимы, поэтому старайтесь помочь, хвалите за успехи, вселяйте уверенность в себе, если что-либо не получается из-за медлительности. Не раздражайтесь, так как ребенок будет чувствовать себя не таким, как все, его самооценка будет занижена.</p>
<p>Меланхолик</p>	<p>Обидчив. Болезненно чувствителен. Голос тихий. Пониженная активность. Редко поднимает руку на уроке, застенчив, робок; малейшая трудность заставляет опустить руки, легко устаёт, отвлекается, теряет веру в себя. Нежная конституция. Не выдерживает длительного нервного напряжения. Могут случиться нервные срывы. В это время скрытен, уходит в себя, испытывает запредельное торможение, то есть становится вялым, ко всему безучастным.</p>	<p>Не допускайте конфликтных ситуаций, при которых на ребенка обрушивается шквал наказаний или порицаний. Если же это случилось, внимательно наблюдайте за подростком, чтобы не допустить склонности к самоубийству, (см. <i>“Самоубийство в возрасте от 13 до 18 лет”</i>). Наладьте доверительные отношения с подростком. Поддерживайте в нем силу духа постоянно, предложите заняться видом спорта, не требующим особого нервного напряжения (бег, катание на велосипеде, туризм). Пусть больше времени проводит на воздухе. Старайтесь наладить его общение со сверстниками, помогайте ненавязчиво в общении. Поддерживайте хобби вашего ребенка. Ему хорошо подойдут занятия, связанные с художественным творчеством, с точной механикой, с искусством. Не требуйте от ребенка активности и точных выполнений ваших указаний. При полном взаимопонимании в семье ваш ребенок может стать способным и полностью реализовать свои таланты.</p>