Типы темпераментов детей и рекомендации по их воспитанию

В предыдущих статьях мы начали рассматривать различные типы темпераментов детей.

Поскольку темперамент изменить нельзя, взрослым нужно знать его особенности, чтобы лучше понимать своего ребенка, эффективнее воспитывать и развивать его. В чистом виде темпераменты встречаются редко, в основном они «смешанные»: у человека проявляются черты сангвиника и флегматика, холерика и сангвиника; но все же преобладает один тип.

ХОЛЕРИК

Характеристика типа темперамента:

Маленький холерик не боится трудностей, упорен в их преодолении. Всегда знает, чего хочет, настойчив, решителен. Если поставил перед собой цель, обязательно ее достигнет. При этом проявит удивительную изобретательность.

С трудом идет на компромисс, не прислушивается к мнению других. Излишне самостоятелен, часто бывает вспыльчив и агрессивен. В его поведении многое зависит от воли, которая очень развита. Холерик энергичен, непоседлив, импульсивен; много, громко и быстро говорит; выразительная мимика. Основное настроение—жизнерадостное, веселое, но быстро меняется; может быть несдержан. Легко приходит в ярость, но быстро успокаивается, не злопамятен.

В поступках нет элемента обдумывания, поэтому может быть опасным для самого себя и окружающих. Вспыльчив, самоуверен и стремителен, мгновенно принимает решения, поэтому его идеи часто не продуманы, но очень интересны. Со сверстниками часто ссорится, даже дерется, доказывая свою правоту силой, а не разумными доводами. Ребенок-холерик - это ужасный непоседа и спорщик. Он решителен, настойчив и бесстрашен, может изменить свое решение в последнюю минуту с точностью до наоборот, любит риск, приключения.

Любит играть в подвижные игры, часто достаточно агрессивные. Спит мало, просыпается рано; в еде неразборчив, ест «на лету», «кусочничает». Холерик не переносит долгого ожидания, подвержен резким переменам настроения. Трудно предсказать, как он поведет себя в новой обстановке - реакция может быть самой разной.

Рекомендации:

При воспитании маленького холерика от Вас потребуется бдительность, настойчивость, строгость. Дома должны действовать четкие законы поведения (не очень много запрещайте), которые должны соблюдаться всеми. Замечания, сделанные вовремя, оказывают стимулирующее действие.

Занятия и увлечения. Холерикам особенно рекомендуется заниматься подвижными видами спорта - это даст выход стремлению к лидерству, тренировки научат контролировать свои движения, рассчитывать силы.

Чтобы компенсировать излишнюю торопливость и невнимательность, помогите ему осознать, что часто качество гораздо важнее скорости. Ваш девиз – «лучше меньше, да лучше»! Для укрепления тормозных процессов занимайтесь с ним конструированием, рисованием, ручным трудом, рукоделием. Помните, что вам придется постоянно следить за тем, чтобы он проверял свою работу и доделывал ее до конца. Старайтесь не раздражаться, если он отвлекается, и всячески поощряйте любое проявление старательности и терпения. Учите его проговаривать сначала вслух, потом про себя этапы работы и следовать своему плану.

Читайте книги и истории о героических поступках, где воля и спокойствие творят чудеса. Ругать, объяснять неправоту лучше, когда ребенок успокоится. Нельзя стыдить при других!!!

Общение. Особенно важно научить его налаживать отношения в коллективе. Побуждайте ребенка анализировать свое поведение, разбирайте с ним конфликтные ситуации, обсуждайте книги и фильмы, проговаривайте варианты верного поведения.

Самоконтролю поможет и элементарный счет про себя, и дыхательная гимнастика. Покажите ему способ выхода накопившихся эмоций - пусть колотит спортивную грушу, бросает в угол подушку: все лучше, чем срывать гнев на людях.

Его стремление быть первым тоже можно использовать в мирных целях. Дайте ему роль объясняющего, учителя, и у вас будет хороший шанс, играя на самолюбии лидера, приучить его быть более терпеливым и внимательным. Только не пускайте это на самотек - постоянно подчеркивайте, что взрослый, опытный человек умеет контролировать свои эмоции и учитывать интересы других людей.

Подготовила педагог-психолог
Лаптева Е.В.