**Темперамент – основа поведения ребёнка.**

По темпераменту дети отличаются друг от друга уже с момента рождения. Темперамент – это то, что дано природой, а природа, как известно, редко ошибается. В каждом типе темперамента есть много позитивного, каждый ребёнок имеет запас качеств и свойств, помогающий ему сохранить его индивидуальность и неповторимость, своё личное «Я». Часто родители, не зная этих особенностей, волнуются, нет ли в поведении ребёнка каких-либо отклонений.

Проведите несложный тест. Начертите на листе бумаги горизонтальную линию и напишите слева слово «замкнутость», а справа – «дружелюбие», поставьте в центре ноль и отметьте на линии то место, которое ребёнок, по вашему мнению, занимает.

Потом проведите через центр горизонтальной линии вертикальную. Возле её нижнего конца напишите «Эмоциональная стабильность», а возле верхнего – «нейротизм». Поставьте на вертикальной линии точку, отвечающую вашим представлениям о душевном спокойствии ребёнка (учитывая, что внизу находятся спокойные, эмоционально стойкие дети, а вверху – нервные с нестойкими эмоциями).

Теперь осталось провести перпендикуляры от точек на линиях до их пересечения и определить, к какому именно типу относится ваш ребёнок. Точка пересечения перпендикуляров, оказавшаяся в левом верхнем секторе, говорит о холерическом темпераменте; в правом верхнем секторе – меланхолическом; в левом нижнем секторе – флегматический тип, в правом нижнем – сангвиник.

Ознакомившись с характеристикой типов темперамента, вы лучше определите естественные качества вашего ребёнка и поймёте, что много чего ребёнку в поведении можно простить, зная, что это просто его природа.



**Флегматик**

 *Настроение –* трудно вывести из себя, поведение стойкое. Спокойный, хладнокровный, осторожный, сдержанный, терпеливый. Интересы постоянны. Редко плачет и редко смеётся.

 *Речь* - медленная, с паузами между словами и предложениями, размеренная, монотонная, эмоционально не окрашена, взгляд фиксированный в одну точку.

*Мимика, жесты, движения –* реакции нечёткие, мимика слабая, смеётся и плачет тихо, движения не резкие, жесты отсутствуют, руки внизу, часто стиснуты в замок. Движения равномерные, рациональные.

*Сон –* Много спит, проснувшись, лежит тихо. Засыпает быстро, просыпается тяжело. После дневного сна некоторое время остаётся вялым.

*Действия –* медленно реагирует на любое влияние, на похвалу и наказание. Может долго, не утомляясь, заниматься однообразной деятельностью. Дело начинает не сразу, но доводит до конца. Медлителен. Любит порядок, систему, организованность.

*Взаимоотношения –* долго приспосабливается, привыкает к новым условиям, режиму, тяжело расстаётся с родителями, не играет с детьми, неохотно знакомится с новыми людьми, общается с небольшим количеством людей, стабильный в симпатиях.

*Привычки и умения –* формируются долго, но, сформировавшись, становятся постоянными. В обычной обстановке аккуратно выполняет правила поведения, начатое дело доводит до конца.

 **Меланхолик**

*Настроение –* процессы возбуждения и торможения слабые, отмечается быстрая утомляемость. Меланхолики стеснительны, нерешительны, очень чувствительны даже к слабым раздражениям. Ребёнок не кричит, а пищит, не смеётся громко, а усмехается, не просит, а жалобно смотрит на желаемое.

*Речь –* тихая, нерешительная, слова вытягивает из себя. Старается не встревать в разговор, не выставляет напоказ своих умений и знаний. Отвечает медленно, нерешительно, создавая впечатления неумения. Речь взволнованна, темп непостоянный, голос, как будто в горле комок.

*Мимика, жесты, движения –* склонен к истеричности. Смотрит снизу-вверх, опускает глаза, речь и жесты не совпадают, движения медленные, сидит на краю стула.

*Сон –* не любит шума, часто просыпается, волнуется, что оказывает влияние на сон.

*Действия -* малоактивный, стремится к самостоятельной деятельности, не требующей активных движений. Долго не выдерживает раздражителей, отвлекается, не может сосредоточиться. Сформированные навыки стабильны, стойки, формировать их следует постепенно.

*Взаимоотношения –* стремится играть один или с товарищами, которых хорошо знает. Обидчив. На ведущую роль в игре не претендует.

 **Сангвиник**

*Настроение –* ровное, спокойное, жизнерадостное, без резких переходов.

*Речь –* громкая, выразительная, интонационная, говорит быстро, эмоционально, оратор.

*Мимика, жестикуляция –* энергичная, но спокойная, движения плавные, гибкие, близкие к спортивным.

 *Сон –* быстро засыпает, легко просыпается.

*Действия -* без трудностей переходит от подвижных игр к спокойным занятиям, легко приспосабливается к любым условиям. Любит новое, выполняет любую работу, но часто не доводит до конца, если им не управлять. Не любит однообразной деятельности, одновременно может выполнять различные виды деятельности.

*Взаимоотношения –* охотно придерживается режима дня, подчиняется всем распоряжениям взрослых и детей. Быстро находит друзей. Сангвиники дружелюбны, ласковы, жизнерадостны.

 **Холерик.**

*Настроение* - в эмоциях импульсивен: от весёлого настроения быстро переходит к грустному и наоборот. Смеётся и плачет неудержимо, когда сердится, становится нетерпимым, глаза бегают из стороны в сторону.

 *Речь –* быстрая и громкая, порывистая; сбивается, глотает окончания слов, захлёбывается, брызгает слюной.

*Мимика, жесты, движения –* мимика выразительная, движения резкие, размахивает руками.

*Сон -*  тяжело засыпает, сон неспокойный, быстро просыпается, включается в привычный ритм жизни.

*Действия –* любимым делом может заниматься долго, способен преодолеть значительные трудности. Но может внезапно прекратить свою работу или занятие.

*Взаимоотношения –* любит подвижные игры, веселье, но не выдерживает те занятия, когда необходима сдержанность. В коллективе шумный, зажигательный, непослушный. В играх стремится выполнять главную, руководящую роль.

 **Стратегия воспитания детей с разным типом темперамента.**

От детей***-холериков*** необходимо постоянно, мягко, но настойчиво требовать спокойных, обдуманных ответов, нерезких движений, систематически воспитывать у них сдержанность в поведении и взаимоотношениях с детьми и взрослыми. В трудовой деятельности у таких детей следует воспитывать последовательность и порядок в работе, от них необходимо требовать качественного выполнения заданий на протяжении всей работы. Особенно строгие, но справедливые требования стоит предъявлять к любому результату трудовой деятельности детей холерического темперамента.

Таких детей нельзя постоянно держать за руку, запрещать, читать по любой причине морали и нотации, так как их активность может угаснуть, и ребёнок станет покорный, равнодушный или станет делать всё наперекор – будет бороться с любыми справедливыми требованиями взрослого.

Холерик требует мягкого режима. Всё, что возбуждает, необходимо уменьшить, за 2 часа до сна организовать спокойные игры. К таким детям нельзя применять наказания, связанные с запретом движения, - сидение, укладывание в постель. Нельзя применять окрики, угрозы – от этого возбуждение холерика ещё больше увеличивается.

Возбудимым детям полезны занятия, развивающие произвольность внимания, - настольные игры, рисование, лепка – всё, что требует усидчивости и терпения. Рекомендуются игры с неожиданной остановкой, или игры, в которых холерик должен выполнять указания, а не управлять другими, к чему он обычно стремится.

Для формирования умения управлять собой полезно, чтобы у детей были постоянные трудовые обязанности, и выполняли бы они их систематически, а не время от времени.

Этих детей нужно учить правилам общения: говорить спокойнее, не перебивать других, просить, а не требовать, извиняться, если сказали что-то плохое, отремонтировать, если что-то сломали. Но требовать этого нужно не сразу после проступка, а тогда, когда возбуждение пройдёт.

У ***сангвиника*** необходимо воспитывать и поддерживать бодрость, сочувствие, активное отношение к обучающей работе. На такой основе стоит формировать и закреплять привычные формы поведения, создавать определённые условия: задания, занятия должны быть интересными, вызывать эмоциональный подъём.

В случае отсутствия систематического, целенаправленного воспитания у сангвиника могут проявляться нестойкость чувств, легкомысленное отношение к делу, переоценка себя и своих возможностей, несерьёзное отношение к обучению, людям, труду.

Задача взрослых – формировать у сангвиника постоянство, стойкость, целенаправленность. Следует требовательно контролировать их поступки, не делать поблажек за мелкие нарушения, требовать доводить дело до конца и качественно его выполнять.

У детей***-флегматиков*** необходимо больше активизировать деятельность, искоренять равнодушие, чаще заставлять работать в определённом темпе, вызывать у них эмоциональное отношение к тому, что делают они или их товарищи. Природная медлительность ребёнка ещё больше тормозится окриками и подгонкой. Не следует всё делать за ребёнка-флегматика, это может привести к нерешительности, неверию в свои силы. Избегайте всего, что связано со словом «быстро».

Хорошо, если флегматик дружит с активным ребёнком, но стоит следить, чтобы инициативный холерик не стал командиром, а флегматик – вечным подчинённым.

У детей***-меланхоликов*** легко развивать и совершенствовать свойственную им глубину и стойкость чувств, повышенную восприимчивость к внешним влияниям. Особенно необходимо проявлять с детьми-меланхоликами тактичность и доброжелательность в отношениях. Постепенно приучать их к более напряжённой работе, к умению совершать усилие, преодолевая состояние защитного торможения. Следует развивать дружелюбие, через деятельность постепенно водить их в коллектив, в совместной коллективной работе воспитывать чувства дружбы и товарищества. Стоит защищать меланхолика от шума, крика, но приучать к помехоустойчивости. Навыки следует воспитывать постепенно. Для меланхоликов очень полезно чаще находиться в коллективе. Им особенно полезны спортивные соревнования – они не только развивают движения, но и учат стойкости и умения преодолевать трудности. Для воспитания трудолюбия необходимо помогать ребёнку действиями и пожеланиями.

Психологи установили, что слабость нервной системы не является негативным качеством. Сильная нервная система успешнее справляется с одними жизненными заданиями, а слабая – с другими. Слабая нервная система очень чувствительна, в этом её преимущество.