

**«Тот счастлив, кто живёт в условиях,
соответствующих его темпераменту,
но тот более совершенен,
кто умеет приспосабливать свой
темперамент к любым условиям».**

Дэвид Юм, философ XVIII века

ТЕМПЕРАМЕНТ



САНГВИНИК



ХОЛЕРИК



МЕЛАНХОЛИК



ФЛЕГМАТИК

Дети и темперамент

Темперамент характеризует темп, интенсивность, ритм, скорость психических процессов и состояний. Эти индивидуальные особенности человека врождённые, проявляются достаточно рано и сильно влияют на эмоциональное поведение человека.

Изменить эмоциональные реакции и поведение импульсивного ребенка, переделав его в тихоню, невозможно. Никакое воспитание не сделает из холерика флегматика.

У детей черты того или иного темперамента проявляются уже в возрасте 3-4 лет, но более достоверно можно выявить его в возрасте 5-6 лет.

В психологии выделяют четыре типа темперамента. Каждый из 4 типов темперамента требует к себе определенного подхода.

<i>Тип темперамента</i>	<i>Краткая характеристика</i>	<i>Свойства нервной системы</i>	<i>Взаимодействие</i>	
			<i>Развивать</i>	<i>Учитывать</i>
Сангвиник	1.Активный	1.Сильный	1.Инициативность	1.Неустойчивость интересов
	2.Энергичный	2.Уравновешенный	2.Подвижность	2.Несобранность, лёгкое отношение к делу
	3.Жизнерадостный	3.Подвижный	3.Бодрость	
	4.Легкомысленный		4.Жизнерадостность	
	5.Беззаботный		5.Устойчивость	3.Непоследовательность
Холерик	1.Очень энергичный	1.Сильный	1.Инициативность	1.Неустойчивость настроения
	2.Вспыльчивый	2.Неуравновешенный	2.Подвижность	2.Резкость
	3.Эмоциональный	3.Подвижный	3.Энтузиазм	3.Вспыльчивость
	4.Напористый		4.Активность	4.Стремление подавить инициативу других
	5.Чувственный		5.Рвение 6.Работоспособность	
Меланхолик	1.Замкнутый	1.Слабый	1.Чуткость	1.Мнительность
	2.Ранимый	2.Неуравновешанный	2.Отзывчивость	2.Неуверенность
	3.Сдержанный	3.Сдержанный	3.Способность к сосредоточению в работе	3.Обидчивость
	4.Задумчивый			4.Замкнутость
	5.Грустный			
Флегматик	1.Работоспособный	1.Сильный	1.Высокую работоспособность	1.Медлительность
	2.Малоэмоциональный	2.Уравновешанный	2.Уравновешенность	2.Неповоротливость
	3.Серьёзный	3.Малоподвижный	3.Настойчивость	3.Недостаточную общительность
	4.Надёжный		4.Способность выдерживать длительное напряжение	4.Безразличие
	5.Способный			5.Инертность

Как грамотно выстроить коммуникацию?

Сангвиник	Таким детям необходимо обеспечить доступ к разным видам деятельности, не загружать их неинтересной моторной работой. Однако сангвинику следует помочь сосредоточиться на выбранном занятии и довести дело до конца, опираясь на такое важное качество сангвиника, как целеустремленность. Одновременно с этим с такими детьми следует быть требовательными. Желательно, чтобы все придерживались единой стратегии воспитания. Такие дети легко переключаются с одного вида деятельности на другой, поэтому в арсенале неплохо иметь разноплановые нескучные игры.
Холерик	Таких детей нельзя стыдить в присутствии посторонних. Самое главное — занять такого ребенка соответствующим его интересам делом. У такого малыша в течение дня обязательно должна быть интенсивная физическая нагрузка (бег, прыжки). Спорт хорошо дисциплинирует холериков. Такого ребенка, увы, нужно контролировать больше, чем других. Предоставленный сам себе, он может попасть в опасную ситуацию. Не уговаривать, холерик не воспринимает уговоры, в отличие от требований.
Меланхолик	Для такого малыша главным является спокойная, доброжелательная психологическая атмосфера. Грубое обращение с ними неприемлемо. Ребенка-меланхолика надо постоянно хвалить, показывая веру в его способности. Даже если задание выполнено им не очень хорошо, нужно уметь вселить в него уверенность, одобряя саму попытку решить ту или иную задачу. У такого ребенка должна быть постоянная возможность переживания успеха от выполнения самых незначительных дел. Чаще проговаривайте положительные моменты, старайтесь отвлечь его от тревожных мыслей. Учите меланхолика делать самостоятельный выбор в привычных жизненных ситуациях (с какой игрушкой играть, с кем гулять, что надевать и есть и т.д.). Предлагать им такие занятия, как рисование, лепка, мягкие игрушки.
Флегматик	Вы легко можете доверить ему какое-либо дело: ребенок-флегматик очень ответственный и добросовестен. Никогда не торопите его — флегматик от этого начинает действовать еще медленнее. Для флегматика совершенно неадекватна атмосфера спешки и четкого лимита времени, в этом случае он может «зависнуть» как компьютер. Такому ребенку нужно помочь выразить свои эмоциональные переживания: почаще рассказывайте ему о том, что переживают другие люди в различных ситуациях. Чтобы поведение и мышление такого малыша не стали стереотипными, давайте ему побольше творческих заданий, которые имеют несколько вариантов решения. Пусть он пополняет свой эмоциональный опыт.