**Консультация для родителей**

**«Типы темперамента. Учет темперамента в воспитании детей»**

Среди индивидуальных особенностей личности, которые характеризуют особенности поведения, деятельности, общения, особое место принадлежит темпераменту. Физиологической основой темперамента является тип высшей нервной деятельности, такие её свойства как сила, подвижность и уравновешенность.

Выделяют четыре основных типа темперамента человека: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Однако чистые типы темперамента встречаются довольно редко. При любом темпераменте есть опасность развития нежелательных свойств: у сангвиника - распыленности интересов; у холерика - несдержанности, резкости; у флегматика - вялости, безучастности; у меланхолика - замкнутости, неуверенности, чрезмерной застенчивости.

Знание темперамента поможет сформировать у дошкольника индивидуальный стиль деятельности. Благодаря пластичности нервной системы можно влиять на темперамент. Темперамент это только одно из условий формирования свойств психики ребенка. Расстройства поведения определяются чаще воспитанием.

Признаки, характерные для детей разных темпераментов.

*Сангвиник.*Такой ребёнок вёрток и подвижен. Слёзы появляются мгновенно, но он быстро успокаивается. Быстро переключается с одного занятия на другое. Родителей часто беспокоит несобранность, рассеянность, несерьезность, неаккуратность. Ребёнок приятен в общении, заводила, выдумщик, фантазер. Засыпает легко, быстро; встает рано. В играх любит лазать, ползать, раскачиваться, бегать. Какие дети миролюбивы, не помнят зла. Ребенок сангвиник весел, жизнерадостен, ловок, общителен.

Удерживать внимание ребенок-сангвиник может научиться с помощью взрослого, в совместных занятиях: просмотр диафильмов, чтение книг, сочинение историй собирание конструктора.

*Меланхолик.*В его поведении много непонятного, но это следствие богатого внутреннего мира. Когда не играет, чаще всего бывает задумчив. Если расстроиться, то плачет долго и горько. С трудом включается в игры других детей, но преодолев себя, способен почувствовать радость от общения. Настороженно ведёт себя с чужими людьми, но с теми, кого любит, добр, мягок, открыт и доверчив. Часто ведёт себя и рассуждает как "маленький взрослый". Любит побыть в уединении, не играет в «грубые» игры. Разборчив в еде, быстро устает, с трудом переключается на другой вид деятельности. Засыпает поздно, в кровати любит размышлять и фантазировать. Утром встает плохо, в хмуром настроение.

Важно понимать, что накопление проблем, грубое обращение неприемлемы для такого ребёнка, так как он долго фокусируется на проблеме и глубоко переживает. В совместных занятиях лучше использовать рисование, лепку, конструирование.

*Холерик.*Ребёнок всегда знает, чего хочет, настойчив, решителен, бесстрашен. С трудом идёт на компромисс. Не прислушивается к мнению других, излишне самостоятелен, чтобы добиться своего, бывает вспыльчив и агрессивен. Спит мало, просыпается рано. В еде неразборчив, любит "кусочничать". В его поступках часто отсутствуют элемент обдумывания, импульсивен, подвержен вспышкам гнева, драчун и крикун, но затем может притихнуть и стать "золотым" ребенком. Играет в грубые, порывистые игры, часто конфликтует со сверстниками.

В обращении с ребенком холериком необходимо много терпения и спокойствия. В совместных занятиях рекомендуются подвижные - соревновательные игры, полезно плавание, прыжки на батуте, ритмические танцы. В играх желательно предусмотреть возможность проигрыша ребёнка и показать, что прежде, чем что-то сделать, неплохо бы и подумать. Читать и рассказывать ребенку-холерику лучше истории о героических подвигах, где воля и спокойствие творят чудеса. Ни в коем случае не стыдить при других! Ребёнок и сам хотел бы научиться держать себя в руках, так поймите его и помогайте. Следует помнить, что воспитание таких детей требует особого терпения и гуманности, ибо нажим, тем более репрессии, вызовут противодействие и ненависть.

*Флегматик.*Медлительный молчун, полненький и спокойный. Любит несколько игрушек, мало фантазирует, играет спокойно, не шумно. Мало двигается, любит поспать, засыпает легко, встает поздно, кушает много, в еде неразборчив. Тщательно складывает игрушки, одежду, любит порядок: пьет только из своей чашки, ест только своей ложкой, играть любит своими игрушками. Разговаривает медленно, не любит игры, где надо проявлять быстроту, сноровку. Это послушный и пунктуальный ребёнок. Самостоятельно принимать задание затрудняется, спокойно отдает право выбора другому. Новое не любит, с удовольствием выполняет уже известное. Дети не приглашают его в свои активные игры, но с удовольствием поиграют с ним в традиционные ролевые игры. Новую информацию схватывает и запоминает медленно, но надёжно, редко ошибается.

В совместных занятиях рекомендуются упражнения на развитие творческой фантазии, занятия вышиванием, лепкой, рисованием. Не стоит в игре предоставлять ребёнка самому себе, тормошите, зажигайте, заинтересовывайте его. Необходимо помнить, что детям-флегматикам следует прививать привычку быть деятельными и активными.

Таким образом, темперамент - прежде всего нечто данное природой, а природа, как известно, редко ошибается. В каждом типе есть много положительного, у каждого ребенка есть запас качеств и свойств, помогающих ему сохранить свою индивидуальность и неповторимость, своё собственное "Я".

А мы можем создать условия для максимального проявления положительных сторон индивидуальности.

Учет темперамента в воспитании детей.

В отношении сангвиников следует операция на их общительность и энергичность, пытаясь помочь им самоутвердиться среди сверстников. Однако стоит учитывать, что такие черты, как собранность, аккуратность формируются у сангвиников с большим трудом. Частая снисходительность к "мелким" нарушениям принятых правил (не убрал игрушки, разбросал карандаши, не собрал конструктор, не заправил кровать) способствует разрушению или затруднению формирования полезных привычек у сангвиников.

Отрицательные стороны: ребёнок меняет одну игрушку за другой имеет много товарищей но ни одного друга за всё берётся но редко доводит начатое до конца, поэтому одной из задач воспитания ребенка сангвиника является формирование у него устойчивых привязанностей, интересов.

Сангвиники быстро устают от однообразия. Как только ребёнок теряет интерес к деятельности тут же старается её прекратить и переключиться на другую. В подобных ситуациях следует добиться того чтобы начатое дело было закончено, обратив внимание на качество, не допускать поверхностного и небрежного выполнения задания. Неаккуратно выполненную работу стоит предложить сделать заново. Не следует допускать частой смены деятельности - привычка за всё браться и не доводить до конца может стать свойством характера. Не следует ограничивать активность сангвиника однако полезно учить его сдерживать при необходимости свои порывы.

В отношениях холериков необходимо учитывать что часто именно характерные для них активность, подвижность, напористость и эмоциональность помогают им занимать в детском коллективе лидерское положение. Целесообразно использовать любимые ими подвижные игры для оптимизации взаимоотношений этих детей со сверстниками.

Не стоит запрещать ребёнку быть активным, гораздо благоразумнее поддержать его полезные увлечения, стремится так организовать жизнь, чтобы его активность находила полезное применение. При применении сильных мер воздействия окриков, шлепков, угроз, возбуждение таких детей только усиливается. С возбудимым ребёнком следует говорить спокойно, но требовательно без уговоров. Ребёнку нужно помочь обуздать свой темперамент и здесь будут уместны шутки юмор. Как это не кажется странным, неутомимый холерик нуждается в особо щадящем режиме. Во второй половине дня стоит ограничивать всё возбуждающие нервную систему.

Полезные занятия помогающие развитию сообразительности, сосредоточенности: настольные игры, выпиливание, конструирование, словом всё то, что может увлечь и требует усидчивости. Очень хорошо если ребёнок имеет постоянное трудовое поручение, это дисциплинирует, воспитывает умение управлять собой.

При воспитании волевых черт характера у детей возбудимого типа темперамента следует развивать сдерживающие механизмы: умение ждать, отсрочить свои желания, сдерживать свой импульс.

В воспитание ребенка-меланхолика особенно важно соблюдать щадящий режим и принцип постепенности. Такой ребёнок не переносит сильных раздражителей, поэтому стоит ограничить количество игрушек, сузить круг знакомств. При этом постепенно стоит приучать ребенка не бояться шума, спокойно, без тревоги относиться к новому человеку, уметь активно действовать с новой игрушкой. Дети со слабым типом нервной системы с огромным трудом входят в коллектив, не легко расстаются с мамой, медленно привыкают к режиму, долго плачут, отказываются от совместных игр, не разговаривает со сверстниками. Какие дети требуют бережного отношения: на них нельзя повышать голос, проявлять чрезмерную требовательность или строгость, наказывать - все эти меры вызовут слёзы, замкнутость, повышенную тревожность и другие нежелательные реакции. Говорить с такими детьми следует мягко, но уверенно, не скупится на ласку. Меланхолики отличаются внушаемостью, поэтому нельзя подчёркивать их недостатки. У ребенка-меланхолика необходимо развивать стремление к активности, умение преодолевать трудности. Следует поддерживать положительные эмоции этих детей. Детям этого темперамента обычно легче проявить себя, самоутвердиться в художественной деятельности, спокойных играх.

Ошибкой при воспитании флегматиков является проявление недовольства его нерасторопностью и неловкостью. Окрики, угрозы, подталкивания еще ни одному флегматику не помогли стать быстрее. В этом случае такой сильный раздражитель как окрик, оказывает тормозящее действие на ребёнка. Другой ошибкой является стремление отстранить малыша от всего что требует усилий, немедленно прийти ему на помощь, в таком случае ребёнок не станет подвижным, у него будут развиваться неуверенность в своих силах, стремление избегать всего того что связано со словом «быстрее». Важно набраться терпения и с самых малых лет учить медлительного ребенка приемам одевания, умывания, ухода за вещами, разным видам домашнего труда и самообслуживания. Об ускорение темпа можно говорить только когда ребёнок овладеет техникой приемов. Развивать активность, подвижность надо постепенно. Важно поощрять даже незначительное проявление расторопности, подвижности. Медлительным детям надо создавать такие условия, чтобы вялость не превратилась в леность, а ровность чувств - в их бедность и слабость. Не следует избегать ситуаций, требующих находчивости, но важно и похвалить ребёнка за проявление этих качеств. При воспитании флегматика следует опираться на такие присущие ему качества как уравновешенность, терпимость, самообладание, старательность, аккуратность.

В целях преодоления инертности надо включать ребенка в такие виды деятельности, которые требуют от ребенка двигательной активности - занятия гимнастикой, подвижные игры, походы. Флегматик медленно привыкает к новым условиям жизни. Чтобы развить умение приспосабливаться к новым жизненным условиям полезно ходить с ребенком в гости, дать поручение требующие общения с детьми или взрослыми. Такая деятельность помогает развивать коммуникативные умения у интровертов. Если ребёнок приступил к делу, нельзя оставлять его одного иначе период раскачки может растянуться. Ребёнку флегматику трудно не только начать дело, но и закончить его. Следует заранее предупредить его о необходимости закончить работу, но не прерывать резко.