## ****Типы темпераментов у детей****

Так что же такое **темперамент**? Это те качества, которые присущи нам от рождения. Изменить их никак нельзя, даже если очень хочется, а вот научиться с ними считаться можно и нужно.

Темперамент определяет то, как ваш ребенок общается, играет и учится, как переживает неприятности и даже как двигается! Но принадлежность к тому или иному типу темперамента —это само по себе ни хорошо, ни плохо,  это не показатель нравственных и интеллектуальных качеств ребёнка. Добрым, умным, ответственным может быть человек с любым типом темперамента.

Если вы не можете с уверенностью отнести своего [ребенка](http://http:/www.shkolnik.domlad18.com/agressivnost-u-detej-prichiny-vozniknovenija/) ни к одному из описанных ниже типов — знайте, что  в чистом виде темпераменты почти не встречаются.

**Какие бывают темпераменты?**

**Сангвиники** - это дети  весёлого нрава, оптимисты, шутники и балагуры. Они легко загораются**,** но также быстро теряют интерес к тому, что только  их сильно привлекало. Дети с таким темпераментом легко вступают в контакт с незнакомыми людьми, скоро приспосабливаются к изменяющимся жизненным обстоятельствам. Они добры и готовы прийти на помощь. Напряжённая работа, как физическая так и умственная, их быстро утомляет.

**Холерики** весьма вспыльчивы, несдержанны, но быстро остывают, если им идут навстречу.

**Флегматики** спокойные, их трудно вывести из себя. Но если "завёлся", то это надолго. Им трудно включиться в работу, но зато они способны долго и упорно работать, добиваясь поставленной цели.

**Меланхолики** обладает повышенной тревожностью**,** ранимостью.  У них чаще, чем  у людей других темпераментов, возникают эмоциональные переживания: боязнь, опасения, страх. Они боятся незнакомых людей, экзаменов, выступлений перед публикой. Они редко вступают в конфликты. В коллективе могут стать "козлами отпущения".   Они сдержаны на слова, не дают невыполнимых обещаний.В работу входят медленно, но к концу работы их работоспособность только возрастает.

**Почему так важно определить темперамент вашего ребенка?**

Разница в темпераментах между родителями и детьми может привести к глубоким конфликтам, если вовремя не осознать, в чем же проблема. Вам будет гораздо проще понять своего ребенка, направить, рассчитать его нагрузку, заинтересовать, развить его лучшие качества, простить, в конце концов, если вы определите, к какому типу ближе всего он стоит.

**На что следует обратить внимание родителям в связи с темпераментом ребёнка?**

Учтите, что холерикам и сангвиникам лучше работать небольшими "порциями", чередуя время работы с перерывами.

Меланхоликам и флегматикам больше подойдут длительные периоды работы и отдыха. Холерикам особенно рекомендуется заниматься спортом: плаванием, теннисом, легкой атлетикой. Их неуемная энергия найдет выход в достижении спортивного разряда и установлении рекордов. Таким детям нужно много жизненного пространства, поэтому следует чаще бывать с ними на природе. Побуждайте ребенка анализировать свое поведение, рассчитывать последствия "вспышек", прогнозировать отношение окружающих: обсуждайте с ним просмотренные фильмы, книги.

Сангвиникам также необходим подвижный образ жизни, но им не так важны результаты. Ребенку-сангвинику больше понравится спорт "для души". Очень важно научить его сосредотачиваться на выполняемом деле — например, с помощью совместных занятий: чтения книг, собирания конструктора, пазлов. С ребенком-сангвиником нужно обсуждать вопросы, связанные с его "легкомыслием" по отношению к другим людям: побуждать его задуматься о том, что испытывают окружающие, что в поведении ребенка может их обидеть или обрадовать. Сангвинику пойдут на пользу занятия в театральных кружках.

Для меланхолика важно постоянно получать поддержку близких людей. Подчеркивайте все, что ребенок смог сделать, отмечайте позитивные моменты даже в неудачах: "Ты не очень хорошо ответил на уроке? Все равно ты молодец, что поднял руку и встал". Если ребенок хорошо рисует, пусть вывешивает свои картины, если играет на музыкальном инструменте или поет — почаще просите его сыграть для вас. Побуждайте ребенка не таить обиды в себе,  пусть  рассказывает о своих чувствах, учиться находить выход из конфликтных ситуаций, отстаивать свое мнение.

Родителям флегматика можно посоветовать больше доверять ребенку, его старательности и основательности. Помните, что золотое правило "тише едешь — дальше будешь" как нельзя более точно относится к маленькому флегматику. Хотя, конечно, иногда такого ребенка приходится "подстегивать", чтобы он не спал на ходу. Кроме того, обращайте его внимание на интересные события в окружающем мире, побуждайте заниматься делами, развивающими творческое мышление: рисованием, музыкой, шахматами. В то же время не навязывайте ему того, чему он противится.

Тест «**Определяем темперамент своего ребенка**»
Каждый вопрос содержит четыре варианта ответа. Выберите то описание, которое более всего соответствует поведению вашего ребенка и обведите соответствующую букву.

1. Как обычно ваш ребенок реагирует на замечания родителей (воспитателей, учителей)?
А. Обещает, клянется, что это было в последний раз, но вскоре опять совершает аналогичный поступок.
Б. Злится, возмущается и в итоге поступает по-своему.
В. Спокойно признает свою вину.
Г. Обижается, легко расстраивается, плачет.
2. Как ваш ребенок поступает в ситуациях, требующих быстрых и решительных действий?
А. Его мгновенно охватывает азарт.
Б. Действует быстро и энергично.
В. Ведет себя спокойно и сосредоточенно.
Г. Действует нерешительно, робко.
3. Какой поведенческой линии ребенок придерживается в споре со сверстниками?
А. Активно отстаивает свою позицию, но при этом пытается учитывать и чужие мнения.
Б. Горячится, раздражается, никого не хочет слушать.
В. Говорит уверенно, без лишних эмоций, последователен в изложении своих мыслей.
Г. Ведет себя нерешительно.
4. Как ваш ребенок ведет себя, оказавшись в незнакомой обстановке, новом месте (например, в гостях, в кабинете у врача)?
А. Быстро приспосабливается к новым обстоятельствам, ведет себя оживленно, проявляет интерес к окружающему.
Б. Быстро возбуждается, иногда (часто) нервничает.
В. Спокойно присматривается к непривычной обстановке.
Г. Робеет, стесняется, нерешителен, скован.
**Результаты теста.**
Внимательно посмотрите на буквы, которые оказались отмеченными. Преобладание **вариантов А** указывает на то, что темперамент вашего ребенка близок к сангвиническому типу. Если среди ответов больше **вариантов Б**, вероятнее всего, ваш малыш – холерик. Если вы выбрали **вариант В,** то ваш ребенок флегматик, а если **вариант Г**, то меланхолик.