# Темперамент вашего малыша.

Право на индивидуальную реакцию есть и у взрослого человека, и у младенца. Природа создала нас непохожими друг на друга. Вовремя осознав это, вы сможете лучше понять своего ребенка.

### Наследство предков

Индивидуальный, природный темперамент человека виден во всем: в скорости его мышления, темпе речи, в мимике, подвижности, манере общения. Кроха рождается с унаследованным темпераментом, который нельзя изменить, но можно научиться контролировать. Темперамент обусловлен скоростью и силой реакции нервной системы на раздражители: на интонацию матери, мокрые пеленки, чувство голода, боль в желудке и т.п. Один малыш, почувствовав дискомфорт, начинает плакать, другой - возмущенно кричать, а третий спокойно заснет, не обращая внимания на неудобства. Сигналы обо всем происходящем поступают в определенные участки мозга, возбуждая их активность. Маленькие дети из-за незрелости мозга и отсутствия социального опыта находятся всецело во власти врожденного темперамента. Но ребенок растет, усваивает уроки воспитания, берет пример со старших. Он учится терпеть, проявлять силу воли или, наоборот, отступать, в общем, овладевает механизмами, которым под силу справиться с врожденным темпераментом.

### Иванушка и Несмеяна

Она все время плакала. Если солнце заходило за тучи, плакала от холода, если светило ярко, от жары. А Иванушка-дурачок радовался и солнцу, и дождю, и стуже. Несмеяна - типичный меланхолик, Иванушка - сангвиник. Волк и лиса из народных сказок, как правило, холерики. Все-то они недовольны, суетятся, злятся. Ну а спокойный ежик, несущий в свою норку запасы на зиму, - явный флегматик: все видит, но ни во что без нужды не вмешивается. Конечно, в жизни все не так однозначно. Выясните тип темперамента вашего ребенка, чтобы общаться с ним без конфликтов и стрессов.

**Сангвиник**

Он жизнелюб и оптимист, охотно рискует и идет на компромиссы, деловит и собран. Сангвиник прекрасно сходится со сверстниками, быстро адаптируется в незнакомом месте, мгновенно усваивает новую информацию. Он любит подвижные игры, очень любознателен. Быстро засыпает и всегда просыпается в хорошем настроении. Наказания переносит легко, быстро о них забывает. Его живая речь изобилует словами в превосходной степени и сопровождается импульсивными жестами. Это вообще самый "удобный" для воспитания темперамент. Однако, увлекшись каким-либо делом, малыш не может правильно рассчитать силы, быстро устает и часто меняет надоевшие занятия. Воспитывая сангвиника, учите его терпению и упорству и следите, чтобы его оптимизм и жизнерадостность не переросли в легкомыслие и непостоянство.

### Холерик

Это неутомимый, бесстрашный, задиристый ребенок. Часто горячится и вступает в конфликты. Нередко испытывает страх и гнев, непредвиденные ситуации воспринимает в штыки. К замечаниям относится спокойно, а вот физическим наказания сопротивляется. Предпочитает шумные игры, баловство, постоянно нуждается в зрителях и новых впечатлениях. Новую информацию схватывает на лету и тут же забывает. Говорит громко и быстро. К новой обстановке привыкает легко. А вот засыпает с трудом, и никогда не предугадаешь, в каком настроении проснется.

Попытайтесь снизить скорость его порхания по жизни, организуя остановки и паузы; помогайте выбрать хобби, тогда фонтан его бурной энергии будет использован в познавательных целях; занимайте ребенка спокойными играми, совершенствующими внимание и наблюдательность; учите его обдумывать решения, рассчитывать силы, всегда быть сдержанным и настойчивым.

### Флегматик

Он очень спокойный, медлительный, обстоятельный, сдержанный, даже малоэмоциональный, не любит рисковать. Этот ребенок любит спокойные игры. Он не бывает лидером среди сверстников. Новую информацию усваивает медленно, но зато навсегда. Долго адаптируется к новшествам, перемен не любит. А вот засыпает быстро, спит спокойно, но просыпается медленно и долго ходит вялый. Постарайтесь развить в малыше любознательность и инициативность; ускоряйте его черепашьи темпы (в этом вам помогут любые игры на скорость, и ловкость); показывайте ему пример ярко выраженного, эмоционального поведения: сами активно радуйтесь и огорчайтесь, он обязательно это у вас переймет.

### Меланхолик

Он робкий, замкнутый и нерешительный, тревожится по мелочам, очень мнителен и сентиментален. Новую информацию усваивает с трудом, все время отвлекается и быстро устает. Двигается неуверенно, говорит тихо, но выразительно. Как правило, выдает реакцию, неадекватную силе раздражителя. Спать укладывается долго, засыпает быстро, утром легко встает. Очень тяжело привыкает к новым местам и потому не любит ходить в садик и школу. Меланхолику нужно учиться самостоятельности и смелости; ему нельзя приказывать, категоричные обращения и отрицательные оценки и без того вялые действия; с таким малышом надо обсуждать увиденное и услышанное, акцентирую внимание на положительных сторонах

# Что рисует ваш ребенок?

# Почему малыши с таким упоением водят (вернее – возят) карандашом по бумаге? Психологи считают, что таким образом они изливают переполняющие их эмоции; это их способ понимать мир и себя. Не удивительно, что по рисунку можно сказать очень многое о том, нравится ли художнику от горшка два вершка его существование или ему не очень уютно на свете.НАРИСУЙ НАС!Хотите заглянуть в душу малыша? Выберите время, когда ребенок возьмет карандаши и альбом, и предложите ему нарисовать семью. Не подсказывайте и не уточняйте, кого именно и как он должен рисовать. Не мешайте маленькому Рафаэлю, а тихонько наблюдайте за ним. Возможно, вас ждут открытия. ПАПА, МАМА, Я…В какой последовательности ребенок нарисовал членов семьи? Если первым нарисовал себя, это вовсе не значит, что он эгоцентрик. Так и должно быть. Ведь малыш рисует свой мир, в котором он – главный добрый волшебник. Другое дело, если он нарисовал одного себя. Это означает, что он не чувствует себя членом семьи, существует сам по себе. После себя, как правило, ребенок рисует того члена семьи, которого считает самым важным. Последними на бумаге обычно появляются братья наши меньшие – кошка и собака. А вот если хвостатый друг оказался вторым по счету, значит, малышу одиноко. Если ребенок «забыл» нарисовать кого-то из близких, это тревожный сигнал. Стало быть, этот «кто-то» малышу неприятен. Может быть, это месть за недавнюю обиду или наказание. Все дети хотят скорее вырасти, поэтому рисуют себя вровень со взрослыми – ну, может, чуточку ниже. Если же малыш нарисовал себя очень маленьким, вероятно, он слишком зависит от родителей, которые мешают ему проявлять собственную индивидуальность. ВСЕ ВМЕСТЕЕсли на рисунке все родственники стоят рядом и держатся за руки, ребенок чувствует себя частью единого целого под названием «семья». Он уверен во всеобщей любви к нему. Ближе всего к себе ребенок рисует самого милого ему человека, которому доверяет всем существом. Родители, которые мало общаются друг с другом и с ребенком, появятся на листе бумаги в разных углах или в отдельных окошках, разделенные линиями. Хуже, если они будут стоять спиной друг к другу. Младшие братья или сестрички тоже частенько оказываются в стороне от всех остальных. Если они к тому же микроскопических размеров, значит, ребенок ревнует и борется за внимание родителей. А щербатые улыбки от уха до уха, бантики, цветочки, воздушные шарики, летающие, как бабочки, вокруг, – верный признак, что ребенку хорошо в этом мире. НОГИ, РУКИ, ГОЛОВАДошколята уже четко рисуют все части лица и тела, не забывая о деталях. Отсутствие какой-либо части тела настораживает. Длинные руки у кого-то из родственников говорят о страхе перед тем, что он может наказать, ударить. Если папа часто ругает ребенка, ребенок может «забыть» нарисовать ему рот. Большие и толстые ноги у фигурок свидетельствуют, что ребенок чувствует напряженность в семье и подсознательно стремится к более надежному фундаменту семейных отношений. Малыш, которому неуютно в мире, нарисует страшноватых людей с раскинутыми в сторону руками и большими пальцами. Автор, рисующий длинноногих, скорее всего стремится к независимости, а если начинающий художник изображает всех с поднятыми вверх руками, это не очень хорошо. Значит, ему нравится внушать страх, нравится, когда его боятся. У НЕЖНОСТИ ЦВЕТ НЕБАСамое любимое и близкое ему существо малыш постарается раскрасить тем же цветом, что себя. Напористые и непоседливые выбирают обычно теплые и горячие цвета – малиновый и оранжевый. Холодные тона предпочитают тихие, мечтательные, серьезные малыши. Их привлекают синий, голубой, бледно-желтый. Контраст черного и белого – отражение внутреннего конфликта, с которым ребенок никак не может справиться. И еще обращайте внимание, как ваше дитя раскрашивает изображение. Если карандаш то и дело выскакивает за пределы контура, значит, малыш свободолюбив и наделен даром независимости. Если же рисунок раскрашен канцелярски аккуратно и уж тем более если между контуром и основным цветом остается белая полоса – это знак, что малыш не уверен в себе, чувствует себя беззащитным и постоянно нуждается в вашей поддержке. Что случилось с ребенком?

Ребенок слишком мало или, наоборот, много ест, у него беспокойный сон или неожиданные вспышки агрессивности - это тревожит, как правило, заботливых родителей, остальные же машут рукой: пройдет, не обращать же внимание на каждый шорох! А между тем некоторые особенности поведения и состояния организма ребенка сигналят о предрасположенности к тем или иным болезням и даже об их развитии задолго до того, как врач поставит диагноз.

Обычно родители обращают внимание на температуру тела: нормальная - значит, все хорошо, высокая - нужно дать аспирин. Но даже и с этим все не так просто. Например, температура повышается, а руки - как лед. Это говорит о спазме периферических кровеносных сосудов. И, кроме аспирина, хорошо бы сделать инъекцию с анальгином, димедролом и никотиновой кислотой - витамином, расширяющим мелкие кровеносные сосудики.

Если руки у малыша постоянно холодные руки, это сигнал, что у него повышена возбудимость нервной системы. Вообще нарушение терморегуляции говорит об уязвимости детского организма, неспособности его нервной системы справиться со стрессами. Это относится и к такой особенности ребенка, как потливость. Постоянно влажные ладони, вечно взмокшее нижнее белье, даже если не было бурных игр, - сигнал о неполадках в нервной регуляции организма. О состоянии, близком к неврозу, свидетельствуют и другие признаки - малыш любит теребить что-нибудь в руках, грызть ногти, часто внезапно вздрагивает, разговаривает во сне (ничего страшного, если это бывает время от времени, а вот если повторяется каждую ночь, то имеет смысл проконсультироваться у невропатолога).

Если ребенок постоянно взвинчен, возбудим, если его трудно увлечь игрой, а начав играть, он уже не может остановиться, забывается, агрессивно реагирует на попытки вмешаться, устраивает длительные истерики, то не стоит списывать все на дурной характер - это симптомы повышенного внутричерепного давления. Такому ребенку необходимо постоянно наблюдаться у невропатолога. К чрезмерной возбудимости нервной системы могут привести и нарушения в работе щитовидной железы. При этом у малыша может быть учащенное сердцебиение. Об избытке гормонов щитовидной железы говорят также слегка выпуклые глаза. В этом случае необходима консультация у эндокринолога. Врачи старой школы начинали осмотр с просьбы высунуть язык как можно сильнее, даже если болел живот или спина. Язык - это зеркало желудочно-кишечного тракта, на нем "расписаны" все наши болезни не хуже, чем на рецептурном бланке.

Если на языке постоянно желтый или белый налет, это свидетельствует о нарушении работы желудка или кишечника. Должны насторожить и так называемые "географические" узоры на языке, которые нередко наблюдаются после длительного приема антибиотиков или при дисбактериозе кишечника, нехватке полезных бактерий, населяющих его.

Кожа ребенка также может многое рассказать о состоянии организма. Так, при дисбактериозе она сухая, шелушится, на ней часто появляется аллергическая сыпь. Если сохнут и трескаются губы, причиной этого могут быть серьезные нарушения в работе желудка и кишечника. Должна насторожить и так называемая "мраморная" кожа - бледная, с четким рисунком мелких вен, расположенных близко к поверхности, слегка пятнистая. Очень вероятно, что у ребенка нарушена деятельность вегетативной нервной системы, автоматически управляющей работой наших внутренних органов. Это может привести к быстрой утомляемости, раздражительности, головным болям.

Синяки под глазами свидетельствуют о том, что ребенку не хватает железа или каких-то витаминов. Если под нижними веками образуются "мешки", то не торопитесь делать вывод о плохой работе почек - возможно, это просто особенность подкожной клетчатки.

Обратите внимание на ногти - в подростковый период они могут крошиться, на них образуются белые полосочки, "сигнализируя" о нехватке кальция в организме. Дефицит его сказывается также на состоянии зубов. Вообще зубы - показатель состояния всей костной системы организма. Если с ними что-то не в порядке, те же проблемы испытывают и кости ребенка.

Родители чаще всего обращают внимание на самые очевидные вещи: например, аппетит и сон. Говорит ли о чем-либо плохой аппетит? Безусловно, так как это отражение общего состояния нервной системы малыша, ее сбалансированности, комфортности.

Если ребенок, что называется "кожа да кости", при этом у него синяки под глазами, он часто простужается, можно заподозрить склонность к туберкулезу и в этом случае нужно чаще показываться фтизиатру. Впрочем, если ребенок ест много, независимо от своей физической нагрузки, и при этом не поправляется, это может говорить о наличии глистов или каких-то психологических проблемах. Аппетит должен соответствовать затраченной организмом энергии, и когда ребенок малоподвижен, любит играть в "тихие игры", ничего страшного, если он ест немного. Если же, наоборот, он носится целый день и возвращается домой "с высунутым языком", вам, скорее всего, не придется уговаривать его поесть как следует.

Тревожит родителей и плохой сон ребенка. Чаще всего здоровые дети не просыпаются ночью, но могут плохо засыпать. Подумайте, часто ли вы пренебрегаете режимом дня ребенка, отправляется ли он в постель в строго установленное время, не смотрит ли на ночь страшных мультиков или боевиков, не просиживает ли вечера за компьютером. Все это возбуждает нервную систему ребенка, сбивает с толку его биоритмы.