

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ТЕМПЕРАМЕНТЕ ВАШЕГО РЕБЕНКА

ВСПОМНИТЕ / ЗАДУМАЙТЕСЬ:

- Почему дети так сильно отличаются друг от друга с точки зрения поведения и реакции на окружающую среду?
- Что означает темперамент? Какая связь между ним и вашим ребенком?
- Почему для вас как родителя важно знать своего ребенка с точки зрения темперамента?
- Как вы можете изменить свое поведение как родителя в зависимости от темперамента ребенка?
- Что важно в образовании вашего ребенка и как вы можете направлять его в соответствии с его темпераментом?

ИНФОРМИРУЙТЕСЬ

Темперамент - это способность человека реагировать на окружающий его мир. И это проявляется в том, как он выполняет определенную деятельность, как он выражает свои эмоции и как он говорит и общается с окружающими. Поведение ребенка в различных ситуациях во многом зависит от его темперамента. Таким образом, малыш может быть *быстрым* или *медленным* в действиях (а не *гиперактивным* или *ленивым*), может реагировать *спокойно* и *тихо* или *агрессивно, истерично*, когда ему не дают того, что он хочет, и ему бывает легко или трудно контролировать свои эмоции.

Каждый человек, включая вашего ребенка, рождается с определенным темпераментом, который отчетливо проявляется с самого первого года жизни ребенка, когда он реагирует на предметы и окружающих его людей. Мы не можем выбирать темперамент, который нам нравится - ни для себя, ни для наших детей. Нет хороших или плохих темпераментов. Родитель не может изменить темперамент своего ребенка, но он может формировать определенные поведенческие проявления ребенка.

ОСНОВНЫЕ ИДЕИ/СООБЩЕНИЯ/ОБРАЩЕНИЯ

- Примите темперамент вашего ребенка и уважайте его уникальный образ жизни: не сравнивайте его с другими детьми и не пытайтесь изменить их основные темпераментные характеристики.
- Вы, как родитель, можете узнать характер своего ребенка, наблюдая как он проявляется в разное время и в разных ситуациях.
- Каждый ребенок, будучи взрослым, имеет определенный доминантный тип темперамента, но проявляет широкий спектр темпераментных характеристик и проявлений. Различия в темпераменте объясняют почему ваш ребенок может сильно отличаться от других. Например, ваш ребенок может быть *более или менее активным, общительным, разговорчивым*. Он может более или менее контролировать себя. Но это ВАШ ребенок со всеми своими врожденными

качествами.

- Найдите время для наблюдения за ребенком в различных ситуациях и определите какие особенности поведения он чаще всего проявляет.
- Пересмотрите ваши отношения с ребенком в зависимости от его индивидуальных потребностей.

ДЕЙСТВУЙТЕ / ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ В КОНКРЕТНОЙ СИТУАЦИИ?

➤ **Ребенок-холерик** - энергичный, беспокойный, иногда взволнованный, импульсивный. Аффективные состояния быстро меняются (*то плачет - то смеется*) и испытывает сильные эмоции, которые ему трудно контролировать. У такого ребенка развит дух конкуренции, соревнования, с тенденцией доминировать в группе (как в семье, так и среди сверстников), он всегда хочет быть «начальником», но он не знает, как оценивать окружающих. Он может спать очень мало, он увлечен боевиками / мультфильмами, он не боится препятствий.

Ребенок-холерик должен тратить свою энергию - ему могут помочь конкретные, но сложные задания, любопытные действия, которые создают впечатление постоянного исследования.

Что Вы можете сделать?

- Предоставьте возможность ребёнку заниматься спортом, подвижными играми в течение дня.
- Изучите, что отвлекает ребенка чаще всего и уменьшите, устраните эти факторы.
- Наблюдайте за действиями, которые помогают ребенку сосредоточиться. Это могут быть простые вещи, например, сидеть на определенном стуле, на ваших руках или в более тихом углу. Изучите игрушки и игры, которые вам кажутся очень интересными - предметы, издающие звуки, игрушки и предметы, которые работают по принципу причины и следствия, а также действия, которые не требуют много времени и усилий.
- Выделите время и пространство для спокойных бесед, чтобы выразить свои потребности.
- Будьте серьезны, когда даете задания или устанавливаете правила. (Если вы будете авторитарным, агрессивным, ребенок будет «разбойником», если вы будете нерешительным, ребенок вас проигнорирует. Используйте демократический стиль обучения. Будьте другом, но не фальшивым, а старшим, который не будет относиться к нему как к маленькому).
- Выберите задачи в соответствии с возможностями ребенка - он будет страдать, если он не справится. Но вы можете сделать его ответственным за то, что он делает. Например: разложить посуду и столовые приборы на столе для приема пищи.
- Поговорите с ребенком о его действиях, попросите его прокомментировать что, как и почему он делает. Это может помочь ему сосредоточиться и не сдаваться. Когда ему становится скучно, перенаправьте внимание ребенка, показывая ему, как он может разнообразить свою деятельность. Например: после того как поиграл немного с машинкой, попросите его отнести тяжелые предметы (игрушки, овощи и т. д.) на место.
- Помогите своему ребенку научиться возвращаться к деятельности после того, как он отвлекся. Хвалите его если ребенку удастся вернуться к деятельности и

выполнить её до конца. Например: *я горжусь тем, что ты настаиваешь на том, чтобы выполнить работу до конца, мне нравится, что ты вернулся, чтобы доделать и ты не оставил работу незавершенной, посмотри, как хорошо теперь, когда ты выполнил задание до конца и т. д.*

- Установите конкретные, полезные правила, обеспечивающие безопасность самовыражения. Правила должны быть последовательными, ребенок должен знать их заранее, а также последствия их несоблюдения. Установите это путем открытого взаимосогласованного обсуждения. Вы должны следовать установленным правилам и их последствиям.
- Создавайте игровые ситуации, в которых ребенок должен выполнять те задания и действия, где вы будете играть роль равноправного партнера. Например: *скауты* (задача ребенка - очистить территорию от посторонних предметов - положить игрушки и вещи на место и т. д.); *Праздничный ужин* (задача ребенка - организовать семейный ужин, он руководит процессом и выполняет действия по своему вкусу: делает специальные приглашения, расставляет посуду и столовые приборы, моет, нарезает фрукты, овощи и т. д.)
- Помогите ему научиться реагировать более спокойно - например, через 1) *расслабление* (сделайте глубокий вдох и сосчитайте до 3, затем скажите / сделайте, что вы хотели) и 2) использование слов в момент истерики: *я рассердился, злой*.

➤ **Ребенок-сангвиник** - живой, веселый, оптимистичный ребенок, с живой фантазией, общительный, говорит обо всем, что видит, очень энергичен, быстро скучает, нуждается в чем-то новом, поэтому он очень часто меняет тип деятельности и почти не концентрируется на определенных действиях. Он всегда хочет привлечь внимание кого-либо и, соответственно, сделает все для этого, отрицая или игнорируя интересы других.

Он импульсивен, улыбчив, очень оптимистичен, иногда наивен, и им легко манипулировать. Он очень хорошо ориентируется в пространстве и фактически работает в команде.

Ребенку-сангвинику можно помочь проявить интерес к окружающим, проявить сочувствие. Строгие правила важны. Его нужно поощрять, чтобы он мог завершить то, что начал.

Что Вы можете сделать?

- Как родитель очень активного ребенка, вы часто чувствуете себя измотанным. Важно уделять себе личное время и планировать деятельность, чтобы восстановить свою энергию.
- Убедите ребенка, что вы его друг. Если он знает, что его мать и отец вокруг него, он будет делать все, что вы хотите.
- Проявляйте интерес к ребенку: всегда разговаривайте с ним, спрашивайте его, как он себя чувствует, что он делает, как он играет, выполняет какие-то задания, что ему нравится и не нравится, что ему удастся и чего он хочет научиться делать самостоятельно и т. д.
- Читайте ему как можно больше: рассказы, сказки, придумывайте свои собственные произведения.
- Предоставьте ему относительно большое пространство, потому что он не может сидеть на месте и может получить травмы чаще, чем другие дети, проверьте, достаточно ли безопасна домашняя обстановка.

- Направьте энергию ребенка в нужное русло, давая ему возможность играть на свежем воздухе как можно дольше. Если это невозможно, помогите ребенку периодически менять виды деятельности: от активной, с движением - к спокойной, с усердием (познавательная/ учебная деятельность, чтение, головоломки, настольные игры и т. д.)
- Установите четкие и фиксированные правила и запреты. Дайте ему различные, простые задания, но как можно больше - чтобы ребенок смог лучше сосредоточиться.
- Помогите ему развить его способность усваивать, сосредоточиться на себе: как он себя чувствует в определенной ситуации. Помогите ему успокоиться, так что отдых перед сном приветствуется.

➤ **Ребенок-флегматик** - спокоен, терпелив, пунктуален во всем, что он делает. Он очень старательный, дотошный во всем, что он делает. Он замкнут, не очень общителен, предпочитает индивидуальные занятия. Ему нравится рутина и он более эмоционально сдержан. У него гармоничные отношения со многими людьми, он хочет, чтобы его ценили, но он это не преувеличивает.

Флегматичному ребенку нужно время, чтобы что-то начать; его можно поощрять побуждать выражать свои эмоции. Также нужны педагогические дискуссии с научными, «философскими» вопросами.

Что Вы можете сделать?

- С флегматичным ребенком, вы должны сотрудничать и вести переговоры, позволять ему делать то, что он сочтет необходимым. Стимулируйте его реальными, конкретными вещами. Общайтесь, договаривайтесь с ребенком о выборе занятий.
- В зависимости от возраста ребенка используйте провокационные вопросы, такие как: *что ты подразумеваешь под ...? Можешь ли ты выразить это по-другому? Можешь ли ты привести мне пример? Почему твой вопрос важен? Сложно или легко ответить на этот вопрос? Почему ты так думаешь? Можешь привести пример? Почему ты думаешь, что это правда? Как ты пришел к такому выводу? Что заставляет тебя в это верить? Если это произойдет, что еще будет дальше? Почему?*
- Дайте ребенку понять, что вы уважаете его желание завершить начатое им занятие. Цените усилия: *мне нравится, что ты терпелив, и ты выполнил свою работу и т. д.*
- Заранее сообщите ему о последовательности действий: *после того, как вы закончите игру-головоломку, нам нужно будет пообедать.*
- Если вы хотите привлечь внимание ребенка, подойдите к нему и установите зрительный контакт: подойдите к ребенку и слегка коснитесь его руки при разговоре с ним.
- Помогите ребенку найти баланс между занятиями, с возможностью участвовать в различных видах деятельности: игра с любимыми игрушками / играми, а также участие в домашних делах; тихие занятия и "шумные" занятия и т. д.
- Мероприятия часто занимают больше времени, чем вы ожидали. Необходимо, чтобы ребенок начал готовиться к занятию раньше времени или раньше чем его братья и сестры. Или дайте ему дополнительное время, чтобы закончить то, что

он начал.

- Хотя вам легче все сделать самому, но важно, чтобы малыш с спокойным флегматическим темпераментом выполнял действия самостоятельно. Это помогает ему быть независимым.
- Можно долго смотреть и играть с игрушками, прежде чем решить, как их правильно использовать. Медлительность характерна для его темперамента и это не означает, что малыш будет менее умным, чем другие дети.

➤ **Меланхоличный ребенок** обладает малой сопротивляемостью долгим усилиям, замкнут в себе, эмоциональный и чувствительный. Он боится перемен, он не легко берется за какую-либо деятельность, и если он что-то начинает - он делает это всей душой. Трудно адаптируется к новым людям и ситуациям, они вызывают у него беспокойство, разочарование, грусть и неуверенность. Он мало общается, редко использует жесты. У него есть склонность помечтать и склонность к художественным занятиям. Он стремится к совершенству и обращает внимание на детали. Он чуток, внимателен к чувствам, проблемам других людей, но часто предпочитает быть один. Он верный друг и никто не должен посягать на его интимность.

Меланхоличный ребенок нуждается в поощрении и уверенности в себе. Важно учитывать его интересы, быть рядом с ним и слушать его. Очень важно помочь ему выразить себя (сказать, что он чувствует, думает).

Что Вы можете сделать?

- Поговорите с ребенком заранее о новых действиях, которые последуют, или о ситуации, которую необходимо преодолеть. Не торопите его и будьте спокойны.
- Когда ребенок соприкасается с новыми предметами или людьми, будьте рядом. Ваше присутствие обеспечит его благополучие.
- Поддерживайте и поощряйте ребенка, когда его что-то/ кто-то привлекает или бросает вызов чему-то новому: *хочешь попробовать? Я уверен, что тебе понравится и т. д.*
- Негативная реакция на что-то новое не обязательно означает, что ребенку не нравится предмет или человек. Он может быть напуган или не доверять ситуации. Помогите ему продолжить взаимодействие, он может чувствовать себя более комфортно: *давайте еще раз посмотрим, как ты можешь использовать этот объект, какой он ...?* и так далее
- Помогите своему ребенку выбрать один из двух простых вариантов. Таким образом, ребенок будет более уверенным и научится выражать свои потребности и желания: *хочешь ли ты сейчас читать или рисовать?*
- Помогите ребенку выполнить задание и предложите ему раз и навсегда решить проблему: *попробуй еще раз, у тебя будет больше времени и т. д.*
- Найдите время, чтобы общаться с ребенком без перерыва со всеми членами семьи. Таким образом, ребенок почувствует, что он очень важен для вас. Вы можете спросить его мнение в определенных ситуациях, в том случае если он не участвовал в принятии решения: *«Тебе нравится фильм, который мы выбрали для просмотра?»*
- Помогите ребенку выразить свои эмоции или чувства в различных ситуациях: *как ты себя чувствуешь сейчас, когда ..., я счастлив, что мы делаем это вместе, но как ты себя чувствуешь? и т. д.*

- Дайте ему возможность использовать свои навыки мелкой моторики, например, заниматься изобразительным искусством или рисованием или помогать вам выбирать семена, зерна, мелкие предметы и т. д.
- Но также поощряйте физическую активность. Если это невозможно снаружи, по крайней мере, внутри дома. Попробуйте «путешествие» по двору, чтобы собрать листья для коллажа, например, или попрактикуйтесь в некоторых играх, действиях с имитацией движений животных, танцевальных элементов и т. д.

ВАЖНО!

В ваших отношениях со своим ребенком вы должны быть не человеком, который защищает его, а руководителем, который помогает ему узнать жизнь, мир, все, что можно найти, к лучшему или к худшему, потому что все это понадобится ребенку позже, когда станет взрослым. Вы не сможете изменить темперамент своего ребенка - он так, что есть, и это здорово. Но вы можете адаптировать свое поведение как родителя к индивидуальному характеру вашего ребенка, чтобы стимулировать его развитие.

РАЗМЫШЛЯЙТЕ

- *Какой темперамент доминирует у моего ребенка?*
- *Каковы потребности моего ребенка и насколько хорошо я и другие члены семьи можем их понять?*
- *Как я могу реагировать на потребности моего ребенка, в зависимости от темперамента?*
- *Насколько хорошо я, как родитель, могу изменить способ общения и отношения со своим ребенком (детьми) в зависимости от его / ее темперамента?*

РЕШИТЕ для себя:

- *Насколько важно узнать своего ребенка?*
- *Что бы вы изменили в общении и отношениях со своим ребенком, зная его темперамент и его потребности соответственно?*

Дополнительную информацию можно получить на веб-сайте МОКИ по ссылке <https://mecc.gov.md/ro/content/resurse-pentru-parinti-educatia-timpurie>.

<https://mecc.gov.md/ro/content/resurse-pentru-cadre-didactice-educatia-timpurie>