РАЗВИВАЕМ МАЛЫША В СООТВЕТСТВИИ С ЕГО ТЕМПЕРАМЕНТОМ

Любой маме хочется знать потребности своего малыша, чтобы организовать для него именно то психологическое и игровое пространство, в котором он нуждается. Хотите лучше понимать своего кроху и допустить минимум ошибок в его воспитании? Определите тип его темперамента!

ХАРАКТЕРные особенности ребенка

Темперамент не характер, он не меняется со временем. Темперамент — врожденное, обусловленное природой свойство личности. Но его можно обогатить, развивая в малыше черты иных, отличных от его собственного, типов темперамента. Оговоримся сразу: не бывает «хороших» и «плохих» типов темперамента, ведь каждый из них имеет как свои плюсы, так и минусы.

✦ «МИСТЕР АКТИВНОСТЬ»: МАЛЫШ-САНГВИНИК

Быстрый и подвижный, он легко переключается с одной деятельности на другую. Может моментально расплакаться, но так же быстро успокоиться. Родители такого ребенка часто сетуют: мол, несерьезный, рассеянный, неаккуратный, несобранный. Зато он легко сходится со сверстниками: с ним интересно и приятно общаться, он радует других детей своими фантазиями и выдумками в игровых ситуациях. Детки-сангвиники обычно «жаворонки»: быстро отходят ко сну и легко пробуждаются по утрам. Их любимые игры связаны с крупной моторикой: они обожают бегать, прыгать, лазать, раскачиваться, ползать, в результате чего становятся очень ловкими, выносливыми, физически развитыми. Эти детки излучают жизнерадостность, они миролюбивы, не злопамятны и не склонны к жадности. Ведь главная их цель — общение и веселье.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: не требуйте от ребенка тишины и спокойствия — монотонная игра будет ему не интересна. Организуйте как можно больше пространства и возможностей для активных и подвижных занятий.

Не забывайте развивать в ребенке внимательность и сосредоточенность! Сангвиникам присуща целеустремленность, благодаря которой они учатся доводить начатое дело до конца. Используйте для этого игры с конструктором, чтение книг, различные игры-мастерилки, в которых есть логическое завершение действия.

Сангвиники — жизнерадостные детки. Чтобы показать ребенку весь спектр эмоций, проговаривайте с ним чувства, которые испытывают другие малыши.

✦ «МАЛЕНЬКИЙ ВЗРОСЛЫЙ» — МАЛЫШ-МЕЛАНХОЛИК

Его поведение часто кажется родителям непонятным: он любит уединяться, раздражается по мелочам (слишком тугая резинка колготок или колючая шапка могут довести его до слез), хнычет без видимых причин. Он с трудом идет на контакт первым и не сразу включается в совместные игры (кажется, что они его вообще мало интересуют). Присмотритесь к малышу внимательнее: внутренний мир таких деток очень богат! Они впечатлительны, ранимы и обидчивы, но приветливы и отзывчивы. Дети-меланхолики пугаются чужих людей, скопления детей, новой ситуации, но с теми, кого любят, они очень открыты и доверчивы. Меланхолик чутко воспринимает любые изменения в жизни и тонко чувствует состояние близких. Если он расстраивается, то плачет долго и горько, его не сразу удается успокоить. Засыпают меланхолики поздно (перед сном они любят вволю пофантазировать и поразмышлять), а утром поднимаются в хмуром настроении. За столом такой малыш — настоящий привереда: если вкус или вид продукта ему не нравятся, то и к приготовленному блюду он не притронется.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: ребенок-меланхолик очень нуждается в поддержке и похвале близких!

Избегайте резких окриков: малыш может стать трусливым и неуверенным в себе!

Чаще подбадривайте, давайте посильные поручения и мягко заставляйте делать самостоятельный выбор в разных ситуациях.

Создавайте условия для спокойного отдыха, особенно перед сном и во время сна. Из-за быстрой утомляемости малыш-меланхолик нуждается в частом отдыхе!

Если меланхолик выполнил что-то не очень хорошо, все равно найдите повод похвалить его (за часть задания или за попытку справиться с ним). Находите положительные моменты в любой ситуации!

«Чистые» типы темперамента у малышей встречаются очень редко!

наш эксперт Наталья ОСИПОВА, психолог, психотерапевт:

«Личность человека начинает формироваться с рождения, и нельзя сказать, что младенец не несет в себе никаких личностных свойств. Понятие личности включает свыше полутора тысяч черт, качеств, свойств, форм поведения, отношений и пр. Но если речь идет о ребенке в возрасте от 1,5 до 3 лет, мы можем говорить лишь о некоторых сторонах, входящих в понятие личности, — о свойствах темперамента. Он является врожденным и проявляется в особенностях поведения малыша, глубине, интенсивности и темпе реакций, в общении, а также в преобладающем настроении, эмоциональной чувствительности и внимательности. Эти характеристики легли в основу типологии темперамента, которая насчитывает четыре типа: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик. В основном, как взрослые, так и дети имеют смешанный тип, в котором сочетаются черты разных типов темперамента, но преобладающее количество свойств все же относится к какому-то одному».

✦ «ЗАВЕДЕННАЯ ЮЛА» — МАЛЫШ-ХОЛЕРИК

Очень подвижный и быстрый малыш. Он нетерпелив, поэтому с трудом переносит ожидание и не выносит монотонной работы, которая требует сосредоточенности, усидчивости и терпения. Эмоции холерик выражает легко и бурно, его настроение быстро меняется от радости к гневу и наоборот. Если такой малыш чего-то хочет, он очень настойчив и упорно этого добивается. Родители часто путают подобное поведение с упрямством. Это не так! Дело в том, что, когда холерик просто ставит перед собой цель, ему важно достигнуть ее любой ценой. При этом он не обращает внимания на падения, синяки и шишки, а в поступках часто не успевает продумать всю ситуацию из-за своей импульсивности. В ним вообще трудно договориться: он пока не умеет прислушивается к мнению других и чересчур самостоятелен. Зато у такого малыша очень развиты волевые качества. Он решителен и бесстрашен, любит рисковать и активно включается в «игры-приключения». Но вот в детских забавах он драчлив и криклив, что может стать причиной конфликтов со сверстниками. Но так же быстро, как проявил гнев, ребенок может успокоиться, притихнуть и снова стать «мягким и пушистым». Сон у холерика беспокойный, он вообще спит мало и рано пробуждается. В еде абсолютно неприхотлив. Вот только в поведении за столом ему, как и везде, не хватает усидчивости: он любит схватить с тарелки кусок и тут же убежать по своим делам.

Когда у ребенка-холерика не получается добиться своей цели, он может стать вспыльчивым и даже агрессивным.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: ребенок-холерик требует от родителей выдержки, терпения и спокойствия. За ним необходимо внимательно присматривать и контролировать его больше, чем других детей.

Не раздражайтесь на малыша, от этого его поведение становится еще более неуправляемым. Даже если он отвратительно ведет себя в общественном месте, старайтесь реагировать на это спокойно, ведь ваш ребенок важнее критического мнения окружающих. Объясняйте последствия проступка, когда кроха успокоится, (возможно, даже через день-два).

Направляйте активность ребенка на подвижные и соревновательные игры, занятия спортом. Вместе с тем старайтесь приучать его к делам, требующим терпения: аппликации, лепке, конструированию.

Купите фитбол или батут! Минимум один раз в течение дня давайте ребенку интенсивную физическую нагрузку: это поможет избавиться от лишней энергии, которой у такого малыша очень много. Организуйте для малыша побольше пространства для самостоятельной деятельности в его комнате, чаще гуляйте на улице.

Разговаривайте! Ребенок-холерик расстраивается, если проигрывает, при этом реакция может быть очень бурной. Подготавливайте его к возможности проигрыша, подчеркивая, что сначала нужно все обдумать, чтобы добиться нужного результата.

✦ «САМО СПОКОЙСТВИЕ» — МАЛЫШ-ФЛЕГМАТИК

Тихий, покладистый, дисциплинированный, такой ребенок — мечта многих родителей. Часто у флегматика есть несколько любимых игрушек, с которыми он подолгу спокойно и без особого шума играет, не привлекая к себе внимания. Флегматик сдержан и усидчив. Дела, за которые берется, он выполняет с увлечением и с упорством доводит их до конца. Флегматик — очень аккуратный ребенок. Он всегда убирает на место игрушки, складывает одежду и предпочитает только «свои» вещи — чашку, ложку. Такой малыш не проявляет интереса к активным играм, которые попросту не любит. Его привлекают спокойные занятия (настольные игры, нанизывание бусинок на нитку, мозаика, рассматривание картинок, слушание сказок). Сверстники чаще приглашают флегматиков не в активные игры, а в ролевые. Зачастую такие детки имеют повышенный вес: они мало двигаются, зато имеют хороший аппетит. Ребенок-флегматик растет немножко сонливым. Он легко и быстро засыпает, а вот просыпается поздно.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: в поведении и разговоре флегматик часто проявляет медлительность, что может раздражать родителей, особенно если они сами относятся к активным типам темперамента.

Не ругайте! Малыш еще больше замкнется в себе, отчего его действия станут еще медленнее. Поощряйте кроху выполнять самостоятельно то, что ему по силам (кушать, одеваться). Не помогайте и тем более не делайте это за него — просто в следующий раз запаситесь достаточным количеством времени.

Чтобы поведение и мышление ребенка не стали стереотипными, побуждайте его выполнять задания, которые требуют фантазии. Занимайтесь с ним лепкой, рисованием, музыкой и т.п.

Поощряйте интерес ребенка к подвижным играм, развивайте в нем выносливость, быстроту реакции и ловкость.

Эмоционально флегматики спокойны, невозмутимы и терпеливы. Они переживают свои эмоции молча, поэтому их сложно вывести из себя, но если такое случится, гнев их будет бурным.

Учите малыша выражать свои чувства и эмоции: сначала на своем примере, затем — на эмоциях людей, героев сказок и его собственных. Объясняйте, что переживают другие люди в тех или иных ситуациях.

ТЕСТ. ОПРЕДЕЛЯЕМ ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА КРОХИ

Чтобы определить черты преобладающего у малыша типа темперамента, воспользуйтесь специальной методикой. Она создана специально для деток в возрасте от 1 до 3 лет. Наблюдайте за поведением и деятельностью ребенка в течение недели, а затем ответьте на следующие вопросы.

1 Как ведет себя ребенок, если возникает необходимость безотлагательно действовать, быстро принимать решение?
а) включается легко, без ярких эмоций
б) включается очень активно, эмоционально
в) включается неторопливо, обстоятельно и спокойно
г) включается робко, осторожно

2 Как реагирует малыш на замечания взрослого?
а) говорит, что больше не будет, но позже делает то же самое
б) не слушает и поступает по-своему, проявляет бурную реакцию несогласия
в) молчит, принимает к сведению, обдумывает
г) обижается, молчит, долго переживает, плачет

3 Как разговаривает ребенок с другими детьми в значимых для него ситуациях?
а) быстро, прислушиваясь к высказываниям других
б) стремительно, страстно, никого не слушая
в) спокойно и неторопливо, но уверенно
г) с сомнением, неуверенно, словно оглядываясь на других

4 Как кроха ведет себя в непривычной для него обстановке (в кабинете врача и тд)?
а) легко ориентируется, проявляет любопытство, активность
б) возбужден, иногда излишне беспокоен
в) внимательно, обстоятельно осматривает все вокруг
г) слушается взрослых, ведет себя застенчиво

КЛЮЧ К КАРТЕ НАБЛЮДЕНИЙ

Если малыш чаще всего проявляет реакции по типу «а», скорее всего, у него преобладают сангвинические черты темперамента, по типу «б» — холерические черты, по типу «в» — флегматические, по типу «г» — меланхолические.