

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 24»**

---

ул. Волгоградская, 2 а, г. Красноярск, 660069 телефон/факс 8 (391) 228-58-24 [dou24@mailkrsk.ru](mailto:dou24@mailkrsk.ru)  
ОГРН 1202400025585 ИНН2462069378/ КПП246201001

**Рекомендации педагога- психолога  
«Темперамент- основа поведения ребенка»**

Составила: педагог- психолог: Азильгареева Е.А.

Красноярск, 2023 год

## Темперамент – основа поведения ребенка

Почему одни дети с рождения очень спокойные, другие гиперактивные. Причина таких отличий в темпераменте. Считается, что темперамент – это врожденный тип личности, обусловленный генетикой нервной системы. Дети не могут контролировать свое поведение, так как не они управляют темпераментом, а темперамент управляет ими. Изменить темперамент ребенка невозможно, можно только немножко подкорректировать.

Психологический темперамент выступает основной в формировании характера личности. Он обуславливает особенности психической деятельности, а именно скорость реакций, интенсивность, темп, ритмичность, стремительность, амплитуду, с одной стороны, а с другой – силу эмоциональных проявлений личности, ее впечатлительность, лабильность, длительность, скорость возникновения чувств и их прекращения.

Условно выделяют четыре основных типа темперамента: меланхолик, холерик, сангвиник и флегматик. В основном в личности преобладают признаки одного из типов, но наслаиваются черты других типов темперамента, и очень редко встречается чистый темперамент одного вида. Определить какой у ребенка темперамент можно примерно с 3-4 лет и уже более явно он проявляется в возрасте 5-6 лет. Знать темперамент ребенка нужно для того, чтобы избежать возможных ошибок в воспитании и направить развитие малыша в нужное русло. Игнорирование темперамента ребенка может привести к отчуждению и замкнутости ребенка.

*У каждого типа есть свои достоинства и недостатки, ниже Вы можете ознакомиться с типом темперамента и их характерными признаками.*

**Типы темперамента ребенка:**

### **Холерик**

Эмоциональный, вспыльчивый, самоуверенный. Ребенок – стихийное бедствие. Очень гиперактивный. Он не минуты не сидит на месте. Про таких говорят – фигаро там, фигаро здесь. Его шалости бесчисленны. Любит быть в центре внимания. Игрушки всегда раскиданы по всей комнате. Речь быстрая, громкая, с проглатыванием окончаний и очень эмоциональная. В компании всегда лидер и командир. Решения принимает быстро. Его невозможно рано уложить спать. Очень подвижен, неусидчив, непредсказуем, непоседа и спорщик. Холерик бесстрашен и настойчив. Вокруг него всегда риск и приключения. Может быть задирой и хулиганом.

### **Рекомендации:**

Направить эту бурную энергию в нужное русло, например активный вид спорта.

Холерику сложно усидеть дома, должен быть простор для игр. Не раздражайтесь, если ваш холерик не может усидеть за рисованием или ручными поделками. Найдите способ поощрять его усидчивость. Чтобы он научился контролировать себя в обществе, вместе анализируйте его конфликтные ситуации, рассматривайте, где бы он мог поступить другим образом и какие могли бы быть последствия. Объясните ему, что все

взрослые могут контролировать свои эмоции. Холерика нельзя ругать при посторонних людях, в случае с холериком это как бросить масло в огонь. Помните, холерик заложник своего бурного характера, помогите ему обуздать свою энергию.

### **Сангвиник**

Живой, сильный, жизнерадостный, ребенок-солнце. Всегда в хорошем настроении, активен, любознателен, оптимистичен и уверен в себе. С таким ребенком легко и интересно. Он быстро забывает обиды и прощает обидчика. Его речь быстрая, с подвижной мимикой и жестами. Он быстро засыпает и просыпается с улыбкой и в хорошем настроении. От слез и капризов его легко отвлечь. Легко находит общий язык с людьми, обладает чувством юмора. Принимает и понимает людей такими, какие они есть. Со всеми в хороших отношениях, часто неосознанно становится лидером компании. Если занятие не интересно, то быстро теряет к нему интерес и не доделывает до конца.

### **Рекомендации**

Сангвиникам так же необходим подвижный вид спорта, но охотно они будут заниматься, только если спорт их заинтересует, а тренер вызывает симпатию. С сангвиниками можно быть в меру требовательным к выполнению заданий до конца. Сангвиники часто меняют свои увлечения, особенно если натываются на неинтересные мелочи. Помогите преодолеть эти мелочи, и сангвиник с новыми силами продолжит занятие. Важно поощрять усидчивость, целеустремленность и результативность. Если ваш ребенок – сангвиник, пусть вас не раздражает его непостоянность и неумение доводить начатое дело до конца. Помогите ему подкорректировать его характер, и он станет успешным и общительным.

### **Флегматик**

Медлительный, спокойный, обстоятельный и последовательный. Не любит шум и гам. С детства аккуратист. Может часами собирать пазлы или рисовать. Вывести из себя может, если кто-то сбивает его распорядок и берет его вещи. Не стремится к лидерству, не обижается, но если с кем-то ссорится, то может прекратить дружбу навсегда. Его сложно вывести из себя, он миролюбив и не любит риск. Его речь нетороплива, с паузами, без мимики и жестов. Редко раздражается и старается жить по своим правилам и установкам. Соблюдает режим дня и свои правила. Любит постоянство. Может нарочно медленно одеваться, чтобы родитель вышел из себя и быстренько одел его сам. Сложно дается выбор, будет долго смотреть весь ассортимент, взвешивать, но в итоге попросит выбрать за него.

### **Рекомендации**

Развивайте любознательность флегматика и заряжайте его положительными эмоциями. Смотрите мультики, ходите в зоопарк и цирк. Для развития подвижности и ловкости отдайте флегматика в спортивную секцию. Помогите флегматику развивать свое мнение по поводу просмотренного фильма или мультика или по поводу окружающих людей и

их поступков. Иначе он будет думать как все, и подстраиваться под поведение друзей.

### **Меланхолик.**

Чувствительные, обидчивые, неуверенные в себе и несамостоятельные. Даже незначительное повышение голоса может довести его до слез. Такие дети плаксы и трусишки. Речь тихая, но с интонациями. Меланхолик добр и отзывчив, у него сильно развитая интуиция. Они теряются в незнакомой обстановке и не способны постоять за себя. Они молчаливы, говорят редко и тихо, легко подчиняются людям. Не любят ходить в садик или в школу. Они быстро устают и опускают руки. Но у меланхоликов, очень богатый внутренний мир. Они мечтатели, фантазеры, но в тоже время рассудительные. У них мало друзей, как правило, это один или два человека, с которыми они могут быть полностью откровенны. Меланхолики любят одиночество.

### **Рекомендации**

Упрекая меланхоликов в лени и пассивности, вы только еще больше усугубляете его неуверенность в себе и развиваете комплекс неполноценности. Помогите меланхолику включаться в игры детей, научите его знакомиться и общаться с ними. Репетируйте знакомство с детьми. Внушите ему, что у каждого бывают неудачи и трудности. Поддерживайте его, хвалите как можно чаще, а в неудачах ищите положительные моменты. Говорите, что верите в него, что у него все получится, вспоминайте прошлые успехи. Спокойно разбирайте его неудачи, и вместе планируйте, как будете действовать в следующий раз. Постарайтесь стать для него близким человеком, с которым он может поделиться всеми своими секретами и чувствами. Слушайте его мысли, учите отстаивать свое мнение и не давите на него.

Большая ошибка думать, что есть положительные **типы темперамента ребенка**, а есть не очень, например, сангвиник это хороший темперамент, а холерик плохой. Плохих и хороших темпераментов не бывает. В каждом типе существуют положительные и отрицательные качества.

Идеально, если темперамент ребенка и родителей совпадает, но если нет, ни в коем случае не ломайте ребенка, а попытайтесь учесть все особенности и развивать согласно его темперамента. Помогите ребенку сохранить свою индивидуальность и пользоваться ее преимуществами. Ребенок личность и с его темпераментом надо считаться.

**Как воспитывать Сангвиника:** Стремиться выработать у него устойчивые интересы. Учить упорству, терпению, умению доводить начатое до конца. Искоренять небрежность и поверхностность при выполнении заданий. Учитывать, что жизнерадостность, общительность и оптимизм сангвиника могут стать источником его легкомыслия и непостоянства.

**Как воспитывать Флегматика:** Выбатывать любознательность, побуждать сообразительность и воображение, поощрять его инициативу. Учить правильно распределять внимание и время при выполнении различных заданий. Учить полнее выражать свои чувства: как быть добрым, как жалеть кого-то, радоваться, огорчаться, прививать навыки общения и развивать

коммуникабельность. Не раздражаться черепашиным темпам, а ускорять их, применяя игровую деятельность, хотя бы игры наперегонки.

**Как воспитывать Холерика:** Направить бьющую ключом энергию на нужные, полезные дела. Учить обдумывать свои решения, оценивать возможности. Воспитывать настойчивость и сдержанность, учить владеть собой, гасить в зачатке агрессию. Подбирать такие игры, которые укрепляют процессы торможения: спокойные, где все зависит от внимания и нужен минимум эмоций. Учить вежливости и учитывать, что непосредственность холерика нередко выливается в бестактность. Не уговаривать, холерик не воспринимает уговоры, в отличие от требований.

**Как воспитывать Меланхолика:** Быть с ним поласковее, помягче. Не требовать, а просить. Поддерживать и одобрять. Нацеливать его только на выполнимые задания, помогать их вовремя исполнить. Поддерживать его самостоятельность, учить преодолевать застенчивость, искоренять неуверенность в себе. Не требовать от меланхолика того, что для него невыполнимо.

Темперамент — это врожденное качество, не пытайтесь с ним бороться. Попробуйте понять его и учесть при выборе занятий для ребенка.