

## Консультация для родителей «Плохие привычки хороших детей».

Подготовила воспитатель Чернова В.В.

Три главных свойства темперамента - СУП. С - это сила, У - уравновешенность, а П - подвижность основных нервных процессов. Все эти свойства в разном сочетании друг с другом обычно составляют основные четыре типа высшей нервной деятельности ребенка, четыре темперамента детей, определяемые с самого рождения.

Под *силой* мы обычно понимаем функциональную выносливость всех нервных клеток и их способность выдержать как длительное, так и кратковременное, но значительное возбуждение, не погашая его торможением. Иначе - сила проявляется в трудоспособности ребенка и утомляемости малыша, а также в восприимчивости его к окружающему миру.

Когда малыш неутомим и словно бы «обжора», готов все время поглощать неиссякаемую информацию, не отвлекаясь от нее по мелочам, мы говорим о сильном типе высшей нервной деятельности у ребенка.

Когда ребенок очень быстро устает от восприятия даже малейшей информации и ищет повод, чтоб отвлечься от нее, - мы говорим о слабом типе высшей нервной деятельности у ребенка.

Короче говоря, такое свойство основных нервных процессов малыша, как сила, откладывает свой особый отпечаток на внимание ребенка. Мы говорим о силе процесса возбуждения тогда, когда малыш способен длительное время активно прилагать свои усилия, чтоб выполнить им начатую деятельность.

Мы говорим о силе процесса торможения тогда, когда малыш сосредоточивается на этой деятельности и может сдерживать себя, отказываясь от различных нежелательных поступков.

Второе свойство - это *уравновешенность* процессов возбуждения и торможения у малыша. Обычно признаком уравновешенности у детей является одна и та же сила как процесса возбуждения, так и процесса торможения.

Малыш с достаточно уравновешенной нервной системой обычно четко, терпеливо и ритмично, без выплеска эмоций и различных отвлечений, доводит до конца все то, что начал.

Когда ребенок неуравновешен и у него преобладают то процессы возбуждения, то торможения, о ритме в деятельности не стоит говорить. Он то играючи, легко, свободно покоряет «трудные вершины», то застывает у подножия холма, не зная, как взобраться на него. Он то все может, то не может ничего и оттого подвержен нервным срывам. Порою кажется нам, что в одном ребенке таится целых два, настолько временами он различен: как смех и слезы, хотя смех и слезы у него нередко заменяют собой речь. Помимо силы и уравновешенности, нас еще интересуют также и подвижность основных нервных процессов у ребенка, т.е. способность возбуждения и торможения незамедлительно и быстро сменять друг друга. Благодаря подвижности ребенок может адаптироваться ко всему, легко переключаться с одного из видов деятельности на другой. Такому малышу не трудно приспособиться к организованному коллективу, его в три года можно вести в сад.

Когда же нервные процессы у ребенка не подвижны, а инертны, он может приспособиться к чему-то лишь ценой больших усилий. Такие дети трудно адаптируются к коллективу.

## **Холерик**

Такой малыш быстрый, очень подвижный, с трудом переносит ожидания, у него легко возникают эмоциональные вспышки, настроение неустойчиво (быстро переходит от радости к гневу). Ребенок-холерик не выносит монотонной работы, требующей усидчивости и терпения. В то же время он чаще всего решителен, уверен в себе, настойчив и бесстрашен, любит риск и приключения. Увлечшись каким-либо занятием, заражает им других. По натуре он экспериментатор.

### **Как себя вести родителям?**

Самое главное — занять такого ребенка соответствующим его интересам делом. У такого малыша в течение дня обязательно должна быть интенсивная физическая нагрузка. Спорт хорошо дисциплинирует именно холериков. Такого ребенка, увы, нужно контролировать больше, чем других. Предоставленный сам себе, он может попасть в опасную ситуацию. Не следует раздражаться по поводу «неудобного» поведения ребенка, от этого он становится еще более неуправляемым. Лучше спокойно приучать его к тем видам деятельности, где требуется терпение: лепка, конструирование, рисование и пр.

## **Флегматик**

Невозмутимый и спокойный, эмоционально сдержанный, усидчивый и дисциплинированный. В выполнении любых заданий чрезвычайно медлительный. В своих интересах достаточно постоянный, легко принимает четкий и жесткий режим дня. Шумных игр такой ребенок не любит, так же как и интенсивного общения со сверстниками. Долго может принимать решения, но, единожды приняв, вряд ли их поменяет.

### **Как себя вести родителям?**

Вы легко можете доверить ему какое-либо дело: ребенок-флегматик очень ответственен и добросовестен. Никогда не торопите его — флегматик от этого начинает действовать еще медленнее. Для такого ребенка совершенно неадекватна атмосфера спешки и четкого лимита времени, в этом случае он может «зависнуть», как компьютер. Такому малышу нужно помочь выразить свои эмоциональные переживания: чаще рассказывайте ему о том, что переживают другие люди в различных ситуациях. Чтобы поведение и мышление флегматика не стали стереотипными, давайте ему больше творческих заданий, которые имеют несколько вариантов решения. Старайтесь выводить его «в люди»: в музеи, на выставки, в библиотеку — пусть пополняет свой эмоциональный опыт.

## **Меланхолик**

Такой ребенок эмоционально очень чувствителен и легкораним. Любые эмоциональные переживания длятся у него долго и мешают сосредоточиться на каком-либо деле.

Меланхолик хорошо чувствует эмоциональное состояние других людей, определяя его по мимике, есть ли там, интонациям («Почему дядя такой сердитый?» или «Почему этот мальчик злится?»). Ребенок-меланхолик очень нуждается в поддержке и похвале близких, из-за неуверенности в себе трудно идет на контакт со сверстниками, обидчив и настороженно относится ко всему новому. Самая незначительная неприятность может вызвать у такого ребенка слезы. Меланхолик болезненно реагирует на смену привычного эмоционального окружения (приход в семью няни, развод родителей и пр.), быстро утомляется.

## **Как себя вести родителям?**

Для меланхолика самым главным является спокойная, доброжелательная психологическая атмосфера дома. Только ребенка надо постоянно хвалить, демонстрируя веру в его способности. Даже если задание выполнено не очень хорошо, нужно уметь вселить в ребенка уверенность, одобряя саму попытку решить ту или иную задачу. У меланхолика должна быть постоянная возможность переживания успеха от выполнения самых незначительных дел. Чаще проговаривайте положительные моменты, старайтесь отвлечь его от тревожных мыслей. Учите меланхолика делать самостоятельный выбор в привычных жизненных ситуациях (с какой игрушкой играть, с кем гулять, что надевать и есть и т. д.).

## **Сангвиник**

Это жизнерадостный, подвижный и легко увлекающийся новой игрой ребенок. Больше всего он любит смену впечатлений, редко доводит начатое дело до конца. Такой малыш легко привыкает к незнакомой обстановке, быстро заводит друзей, может быть инициатором разных детских забав. Он любознателен и умеет сдерживать свои эмоции. Может учиться, схватывая все на лету, хотя сангвиника больше интересует сам процесс, а не результат.

## **Как себя вести родителям?**

Такому ребенку необходимо обеспечить доступ к разным видам деятельности, не загружать его неинтересной монотонной работой. Однако следует помочь ему сосредоточиться на выбранном занятии и довести дело до конца, опираясь на такое важное качество сангвиника, как целеустремленность. При этом с такими детьми следует быть требовательными. Желательно, чтобы все члены семьи придерживались единой стратегии воспитания.

Об особенностях темперамента возможно косвенно судить по ряду индивидуальных признаков ребенка, которые Вы ежедневно наблюдаете у малыша: по речи и его походке, привычным позам и характеру движений, по отношению к игре, к своим друзьям и просто к детям и по тому, как ваш ребенок спит и засыпает, как он усваивает возрастные навыки, как адаптируется к новой обстановке, как радуется, как печалится. Главными критериями служат эмоциональность и общая активность малышей.

Практически навряд ли вы найдете ребенка «чистого» флегматика, холерика, сангвиника и меланхолика, чтобы он идеально соответствовал всем вышеперечисленным стандартам. А если даже и найдете, то это будет исключение из правил - ведь чистых темпераментов в природе почти нет. Однако у всех нас, тем более у нашего ребенка, какой-нибудь один всегда преобладает.

*Характер* - это то, что можно нам приобрести в процессе жизни. Он создается и культивируется взрослым. А темперамент Вы не создадите. Малыш рождается с ним. Однако, формируя характер, мы учимся им управлять. Убирать все недостатки Вам поможет правильное воспитание ребенка.

## **КАК НАДО вести себя родителям с детьми с различными темпераментами.**

Учитывать все минусы и плюсы темперамента ребенка.

Пытаться минусы свести хотя бы до нуля.

Не подавлять, а управлять любым из типов темпераментов ребенка.

Воспитывая, не пытаться превратить холерика в флегматика, флегматика — в сангвиника, короче говоря, придать ребенку черты чужого ему темперамента, которые навряд ли поддадутся скрещиванию с чертами его подлинного Я.

Не быть жокеем темперамента ребенка, не укрощать его, как зверя в клетке, даже в угоду этикету.

### **КАК НАДО правильно воспитывать детей в зависимости от особенностей темперамента ребенка**

Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребенка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

#### **Как лучше воспитывать сангвиника?**

Стремиться выработать у него устойчивые интересы.

Учить терпению, упорству, тому, что надо доводить любое дело до конца.

Как можно больше поощрять за нравственность в его поступках.

Искоренять небрежность и поверхностность при выполнении заданий.

Учитывать, что жизнерадостность, общительность и оптимизм сангвиника способны обернуться оборотной стороной медали и стать источником как легкомыслия, так и непостоянства данного ребенка.

#### **Как лучше воспитывать флегматика?**

Пытаться выработать любознательность и сделать его инициативным.

Учить, как правильно переключать внимание при выполнении различных поручений и как распределить рационально время, чтоб не попасть в цейтнот.

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

Учить полнее выражать эмоции и чувства: как радоваться, горевать, жалеть кого-то и быть добрым.

Стараться привить навыки общения и развивать его коммуникабельность.

Играть с ним в игры, где необходимы быстрота движений, точность, ловкость, и поощрять, когда он выполняет правила игры.

Любыми способами пробуждать сообразительность и воображение ребенка.

Следить за тем, чтобы он меньше был инертным, вялым, все время «тормозить» его, иначе вялость может превратиться в лень, а ровность чувств — в их нищенскую скудность.

#### **Как лучше воспитывать холерика?**

Замедлить темп его кружения по жизни, расставив на пути различные шлагбаумы и непредвиденные остановки.

Направить бьющую ключом энергию на нужные, полезные дела.

Учить обдумывать свои решения, оценивать резервы своих сил.

Воспитывать настойчивость и сдержанность, как надо обладать собой, чтоб не вспылить. В зачатке погашать любую агрессивность.

Необходимо подбирать такие игры, где укрепились бы провесы торможения и не было бы перевозбуждения со стороны нервной системы: спокойные, в которых все зависит от внимания и нужен только минимум эмоций.

Не забывать, что непосредственность холерика нередко выливается в бестактность и задевает самолюбие людей.

Холерика необходимо учить вежливости и требовать, чтобы таким он стал. Да, да, не уговаривать, а требовать...

Холерика не стоит уговаривать, он реагирует обычно только лишь на требования родителей.

### **Как лучше воспитывать меланхолика?**

Не надо требовать от меланхолика того, что для него невыполнимо. Приказы замедляют его деятельность.

Опираясь поддержать его, одобрить, быть с ним поласковее и помягче.

Нацеливать его лишь на посильные задания и помогать их вовремя исполнить.

Учить, как надо преодолевать застенчивость и робость, искореняя неуверенность в себе.

Поддерживать его самостоятельность.

Воспитывать в нем инициативность, общительность, доверчивость и смелость.

Учить бесстрашию и помогать избавиться от страха.

Ни в коем случае, даже из благих побуждений, не запугивать его.

Стараться вызвать больше положительных эмоций, используя их для специальной ретушевки отрицательных.

Учитывать, что впечатлительность, ранимость, высокая чувствительность ребенка — кривое зеркало всех Ваших воспитательных воздействий и может исказить конечный результат, поэтому, воспитывая меланхолика, Вам надо принять тактику жонглера. Однако помните, что вышперечисленные свойства — залог отзывчивости, преданности и жалеющей всех доброты, а эти качества — предтеча благородства и порядочности человека.