

Департамент культуры Ярославской области
Государственное учреждение культуры Ярославской области
«Областная юношеская библиотека имени А.А. Суркова»
Отдел психологической поддержки молодежи

Почему они такие разные?

***Особенности позитивного воспитания детей
с различными типами темперамента
(в помощь родителям)***

Ярославль
2013

ББК 88
П 64

Почему они такие разные? Особенности позитивного воспитания детей с различными типами темперамента (в помощь родителям) / сост. А.К. Туманова; отв. за вып. Н.Н. Щепеткова; ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека им. А.А. Суркова», отдел психологической поддержки молодежи. – Ярославль, 2013. – 24 с.

©ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека им. А.А. Суркова», 2013

От составителя

В данном методическом пособии вы познакомитесь с основными типами темперамента детей и научитесь их различать. Вы поймете, что темперамент влияет на поведение ребенка, и это нужно принять и приспособиться к особенностям его поведения, его темпу и ритму, к устойчивости чувств, степени волевого усилия, активности или пассивности, не пытаясь их изменить, так как невозможно изменить свойства нервной системы человека. Вы узнаете пять принципов позитивного подхода в воспитании и сможете внести существенные полезные изменения в жизнь своих детей, ведь цель позитивного воспитания - развить в них стремление к сотрудничеству и творческой самореализации.

Время проведения занятия – 1,5 часа. Занятие включает в себя как диагностическую часть – продолжительностью 30 минут, так и информационную – продолжительностью 1 час.

Данное руководство предназначено для родителей детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Рекомендации могут быть использованы педагогами и библиотекарями для проведения занятий с родителями с целью их психологического просвещения.

Влияние природы, или наследственная обусловленность поведения ребенка

Мир вокруг нас изменяется - изменяемся мы и наши дети. Родители все больше стремятся к более полноценному общению с детьми. При этом важно помнить, что не от общества, а именно от них в большей степени зависит, вырастут ли их дети сильными, ответственными и уверенными в себе, либо слабыми, зависимыми и эмоционально неуравновешенными. Для этого необходимо развивать волю ребенка, а не ломать ее. Когда сердце открыто, а воля получает необходимую подпитку, тогда и возникает склонность к сотрудничеству.

Все дети рождаются невинными и добрыми, со своими задатками и способностями. Каждый ребенок особенный и приходит в этот мир с определенным предназначением. Родители, прежде всего, должны признавать, *уважать и поддерживать процесс естественного развития* своих детей, а не стремиться «улучшать» их. Они должны предоставить благоприятную почву, все остальное дети сделают сами. Как в яблочном семени таится подробнейший план его будущего роста и развития, так и в растущем разуме сердца и теле каждого ребенка есть подобный план. Родители должны помочь детям справиться с их уникальными задачами.

Быть отцом или матерью - это колоссальная ответственность и в то же время большая честь. Узнав, что на самом деле нужно детям, родители могут в полной мере осознать, насколько важна для растущего человечка их поддержка. Такое ясное понимание собственной ответственности позволяет глубже почувствовать, какая это достойная задача — быть родителями.

Непонимание ребенка, его поступков и поведения часто ставит перед родителями множество вопросов:

- как растормошить ребенка?
- как побудить к активным действиям?
- как успокоить, когда у него внутри «вечный двигатель»?

Смысл этих вопросов сводится к одному: как повлиять на преобладающий эмоциональный настрой ребенка?

Во многих случаях родители сталкиваются с таким свойством как темперамент. *Темперамент включает те индивидуальные особенности человека, которые характеризуют динамическую и*

эмоциональную сторону его поведения, делая его единственным и неповторимым. Физиологической или природной предпосылкой темперамента является тип высшей нервной деятельности, определяемый сочетанием свойств нервной системы. Именно темперамент регулирует скорость возникновения, изменения и затухания эмоциональных процессов, их интенсивность, склонность к сохранению определенного вида деятельности или стихийной смене его, легкость, с которой человек приобретает новые формы поведения (умения, навыки, привычки) или предпочитает уже освоенные.

Учение о темпераментах создал древнегреческий ученый-медик Гиппократ. Как исследователь, на практике имеющий дело с материальными проявлениями жизни и деятельности человеческого организма, он связал темперамент индивида с преобладанием в теле одного из четырех типов жидкости. Ими являлись:

- горячая подвижная кровь (по-латыни «сангвис»);
- холодная тягучая слизь (по-гречески «флегма»);
- окрашивающая восприятие мира в серо-черные тона – черная желчь (по-гречески «мелайн холе»);
- порождающая порывистость и непредсказуемость поведения, толкающая человека на крайности – красная желчь (по-гречески «холе»).

Эти известные типы темперамента (сангвиник, флегматик, меланхолик, холерик) подробно рассматриваются в нашем методическом пособии «Беседы о темпераменте», которое было выпущено в 2011 году.

Темперамент *врожден и постоянен*. Он проявляется в способах реагирования на внешние и внутренние стимулы. Изменить его свойства по своему желанию или чьей-либо прихоти невозможно, поэтому разные дети требуют различного подхода.

Для описания четырех основных типов детского темперамента, для лучшего их понимания, мы назовем их несколько по-другому: сенситивный (по-латыни «сенсус» – чувство, ощущение), реактивный (по-латыни «ре»– против, «акт» – действие, то есть ответ на контакт), активный, восприимчивый. Каждый тип связан со своей стихией, она символизирует его суть: у реактивного – это огонь, у активного – воздух, у восприимчивого – вода, у сенситивного – земля.

Мы предлагаем определить с помощью теста (См. приложение), какой из темпераментов свойствен вашему ребенку. Также вспомните ваше детство и выберите ответы, более подходящие вам. Сравните свой темперамент и темперамент ребенка. Сделайте вывод, не давите ли вы своим более сильным темпераментом более слабый детский темперамент. При таком соперничестве могут возникнуть проблемы в развитии и воспитании ребенка. В довершение ко всему применяйте методы позитивного воспитания, о которых мы скажем дальше.

Следует подчеркнуть, если у ребенка преобладает один темперамент, это не значит, что все остальные ему не свойственны. У некоторых детей черты всех темпераментов проявляются в равной степени, а у других сильнее развит один. Ни один темперамент не хуже и не лучше остальных, у каждого есть свои плюсы и минусы. Поскольку существует бесконечное число комбинаций, каждый ребенок неповторим. *Давайте рассмотрим названные четыре основных типа темперамента.*

Сенситивный темперамент.

Сенситивные дети уязвимы и чувствительны. Они остро реагируют на жизненные обстоятельства, касающиеся их потребностей и желаний. Для того чтобы приспособиться к жизни, им необходимо ясно осознавать собственные чувства.

Понимание необходимо каждому ребенку, но этим детям оно нужно больше, чем другим. Встречая понимание со стороны старших, они легче отпускают свое сопротивление. Сенситивные дети познают себя, исследуя собственные желания и делаясь чувствами, возникающими у них в ответ на жизненные обстоятельства. Жаловаться — часть их натуры. Дайте такому ребенку возможность поделиться своими тяготами — и ему сразу станет легче.

Например, ребенок говорит:

— Никто мне и слова доброго не сказал сегодня. Ужасный день.

— Да, довольно плохо, — отвечает отец или мать.

— А вот Маша ко мне хорошо относится, — продолжает ребенок. — Ей понравился мой рисунок.

Стоит подтвердить, что вы понимаете чувства такого ребенка, и он снова начинает замечать позитивные стороны жизни. Ему нужно *сочувствие, подтверждение и признание* его внутренних горестей и обид. Сказать: «Если Маша относится к тебе хорошо, возможно, не такой уж и ужасный был сегодня день?» — большая ошибка со стороны отца или матери. Ребенок скажет в ответ: «Ужасный. Никто меня не любит».

Если сенситивный ребенок переходит к более позитивному жизнеощущению, просто оставьте все как есть. Не пытайтесь использовать этот сдвиг для того, чтобы развеять негативные чувства, высказанные им изначально.

Если сенситивный ребенок не получает постоянных подтверждений того, что ему сочувствуют, он начинает драматизировать свои проблемы, чтобы все-таки получить требуемый отклик. Если такой ребенок не получает тепла и внимания в ответ на слова: «У меня болит животик», — то через некоторое время вы услышите: «У меня ужасно болит голова и живот, и никому до меня нет дела». Если эти дети не встречают понимания, их боль усиливается. Недостаток сочувствия приводит к тому, что они действительно страдают сильнее — и физически, и эмоционально. *Нельзя игнорировать чувствительного ребенка, иначе его проблемы только возрастут.*

Самая большая ошибка, которую совершают родители, — пытаться развеселить такого ребенка. Если он расстроен или подавлен, бесполезно убеждать его, что причин для печали нет. Попытки обратить его внимание на позитивные стороны жизни могут привести к обратному результату: ребенок еще больше сосредоточится на негативе, чтобы добиться понимания и признания. Родителям следует просто терпеливо выслушать ребенка, воздерживаясь от попыток поднять ему настроение.

Детям с сенситивным темпераментом необходимо знать, что они не одиноки в своих страданиях и родителям тоже бывает плохо. Это очень деликатное дело. Обращаться к этим детям за эмоциональной поддержкой ни в коем случае не следует, но поделиться с ними некоторыми своими проблемами можно.

Если сенситивный ребенок сопротивляется, ему нужно услышать сочувственное замечание вроде: «Я понимаю твое разочарование. Тебе хотелось заняться своим делом, а я прошу, чтобы ты пошел со мной». Без должной поддержки сенситивные

дети не могут освободиться от сопротивления. Без сочувствия они ощущают себя жертвами, и ими всецело овладевает жалость к себе. Они склонны глубоко погружаться в мысли о собственном страдании и, не встречая понимания, начинают винить во всем себя.

Таким детям необходимо ясно давать понять, что негативные чувства — в порядке вещей. Им нужно несколько больше времени, чтобы пережить обиды и огорчения. Обычно, им на все требуется больше времени. Если вы станете подгонять чувствительного ребенка, то значительно усилите его сопротивление. У него внутренние часы идут иначе. Однако такие дети испытывают радость и облегчение, если им предоставляется возможность поделиться своими невзгодами с сочувствующим слушателем. Родители, которым черты чувствительного темперамента не свойственны, нередко приходят к выводу, что с ребенком не все в порядке, и это только усугубляет ситуацию.

Выслушав чувствительного ребенка, дайте ему немного времени побыть одному и поправить настроение. А после того, как ребенку станет веселее, не акцентируйте внимание на этой перемене. Воспринимайте его темперамент как нечто нормальное и естественное. Не нужно вести себя так, будто недавно что-то было не в порядке, а теперь стало хорошо. У него все и было в порядке.

Такие дети нередко сопротивляются, когда их подталкивают к новым знакомствам. Чувствительному ребенку сложно заводить новых приятелей, и ему требуется дополнительная помощь в этом. У них обычно уходит больше времени, чтобы познакомиться и подружиться с человеком, чем у других детей. Чувствительным детям нужно создавать специальные условия, чтобы они знакомились с людьми и завязывали дружбу. *Эти дети проявляют особую верность в дружбе и очень болезненно воспринимают предательство.* Им очень важно научиться прощать и забывать. Если родители внимательно выслушивают своего ребенка, когда он вредничает, и показывают, что понимают его, это помогает ему легче относиться к жизненным разочарованиям и развивает способность к прощению.

Очень хорошо предоставить такому ребенку возможность ухаживать за животными. Домашнее животное, и даже плюшевый зверек, всегда поймет его переживания.

Когда ребенок получает то, что ему требуется, развиваются его сильные качества. *Сенситивные дети* вдумчивы, глубоко восприимчивы и оригинальны; они обладают сильным творческим потенциалом и даром общения. Они добры, отзывчивы и всегда готовы прийти на помощь. Служение людям и миру приносит им наивысшее удовлетворение.

Активный темперамент

Активных детей прежде всего интересует *способность воздействовать на окружающий мир и добиваться результатов*. Они сами себя побуждают к действию и проявляют наибольшее стремление к сотрудничеству в том случае, когда знают, что делать, или имеют определенный план. Им нужно *непрестанно двигаться вперед, лидировать и делать все по-своему*.

Таким детям необходима структура деятельности, иначе они легко выходят из-под контроля и сопротивляются вашему авторитету. *Им всегда нужно знать план действий, правила и кто главный*. Необходим план игры. Если он есть, такие дети очень охотно и активно идут на сотрудничество. Чтобы преодолеть их сопротивление, нужно заранее задать ограничения, правила и направление деятельности. Например, отец или мать может сказать: «План такой: вначале мы идем кататься на качелях, а затем — с горки. Каждый катается две минуты, а затем уступает место другому».

У активного ребенка есть потребность самому *стать успешным лидером*. Но в свою очередь, они уважают уверенного и компетентного лидера в другом человеке, поэтому родители не должны проявлять слабость, нерешительность или уязвимость.

Например, не спрашивайте у этих детей прямо, что бы они предпочли делать. Если, получив ваши инструкции, такой ребенок сопротивляется и говорит, что хотел бы заняться чем-то другим, согласитесь с его предложением и примите новое решение.

Например, вы говорите: «Вначале мы пойдем на качели, а потом на горку». Ребенок возражает: «Но кататься с горки веселее, давайте вначале пойдем туда». На что мудрый родитель ответит: «Отличная мысль. Так и сделаем». Эти дети любят оказываться правыми и расцветают, когда их правоту признают.

Чтобы свести к минимуму сопротивление активного ребенка, лучше всего при любой возможности позволять ему быть первым. У таких детей масса энергии, и взрослые должны задать структуру, в которой эта энергия будет проявляться гармонично. *Когда вы ставите активного ребенка во главе процесса, при этом даете четкие указания, он проявляет свои наилучшие качества.* Тогда ребенок намного легче идет на сотрудничество. У детей с таким темпераментом много энергии, и им бывает трудно долго усидеть на месте. Нужно постоянно придумывать ребенку занятия, чтобы направить его неиссякаемую энергию в безопасное русло, где она сможет течь свободно, не вовлекая ребенка ни в какие проблемы.

Бездействие очень тяготит такого ребенка. Если вам необходимо долго ждать, придумайте ему задание или игру, чтобы дать выход его энергии. Достаточно просто предложить ребенку пробежать некоторое расстояние на время. Дети с активным темпераментом любят бить собственные рекорды.

Активные дети познают себя посредством действий и ошибок. Им нужно, чтобы окружающие признавали их успехи и прощали ошибки. Эти дети особенно склонны попадать в неприятности. *Если такой ребенок боится наказания или неодобрения, то он станет скрывать и оправдывать свои ошибки, а поэтому не сможет извлекать из них уроки, полезные для развития.*

Активным детям тяжело просто сидеть и слушать. Им необходимо постоянно двигаться. Они лучше всего обучаются в действии и взаимодействии с другими. Если такой ребенок сопротивляется вашей воле, лучше всего самим начать действовать и предложить ему присоединиться. Долгие беседы не приносят желаемых результатов и часто воспринимаются как наказание.

Например, если ребенок отказывается убирать в комнате, нужно в двух словах отметить, чем он занимается в данный момент, а затем начать уборку. Например: «Я вижу, ты играешь и не хочешь убирать в комнате. Давай займемся этим вместе. Смотри, как это делается...» Ждать, пока ребенок возьмется за дело сам, — не совсем эффективный подход.

Активные дети перестают сопротивляться, присоединяясь к вам. Даже если ребенок поможет совсем немного, поблагодарите его и оцените проделанную работу. Например: «Неплохо же мы поработали!» Активный ребенок всегда хочет принадлежать к команде победителей.

Активные дети познают себя по собственным делам и результатам. Они любят власть. Если они сопротивляются вашей воле, чаще всего требуется всего лишь твердое, но спокойное напоминание о том, что сопротивляться — нормально, но мама и папа — главные. Следует в нескольких словах отметить, что вы видите, чем они сейчас занимаются, а затем снова прямо попросить о том, чего хотите вы.

Активным детям нужно, чтобы вы ясно и прямо сказали, чего хотите. Слова «я хочу» сводят сопротивление к минимуму, поскольку напоминают ребенку, кто главный. *Без должных методов воспитания активные дети легко выходят из-под контроля, плохо себя ведут и конфликтуют с окружающими.* Кроме структурирования их деятельности и надзора, им необходимы четкие подтверждения того, что совершать ошибки нормально, и вы считаете, что они делают все, что могут.

Если ребенок с активным темпераментом, пытаясь добиться своего, выходит из-под контроля, он начинает оскорблять окружающих и устраивает скандал. Многие взрослые просто боятся спорить с ним. Родители пытаются избегать конфронтации, поскольку это требует от них слишком много энергии. Активным детям в большей степени, чем другим, нужно чувствовать себя правыми, и они терпеть не могут, когда указывают на их ошибки. Особенно тяжело они переживают, если их поправляют в присутствии других людей. Если же объяснить его ошибки в разговоре с глазу на глаз, то он сопротивляется намного меньше и не старается всеми силами оправдаться. Вместо того чтобы одергивать и поправлять их на людях, разработайте *систему тайных сигналов*. Активные дети очень благодарны, когда родители помогают им сохранить лицо.

Например, если вы хотите, чтобы ребенок вел себя повежливее, можно дать ему знать об этом, дернув себя за ухо. Если он слишком много шумит, можно потереть свой подбородок, — это послужит напоминанием, что он не на улице и следовало бы говорить тише. Активные дети очень ценят эти сигналы. Такое общение не только помогает ребенку более успешно вести себя в различных ситуациях, но и служит ему косвенным подтверждением, что совершать ошибки и иногда терять контроль над собой — нормально.

Если не дать активному ребенку руководящую роль в каком-либо процессе, он склонен раздражаться медлительностью других детей и взрослых, поскольку любит, чтобы все происходило быстро. Но он готов смириться с медлительностью окружающих, если при этом помогает им. Когда вы не знаете, что поручить этому ребенку, — просто придумайте любое занятие; нужно, чтобы он занимался делом и чувствовал, что без него не обойтись.

Активным детям требуется структура: надзор, правила, лидеры и действие. Хорошо, если такой ребенок занимается индивидуальными или командными видами спорта под надзором взрослых. Оставьте активного ребенка без присмотра, и он сразу начнет командовать.

Если деятельность активного ребенка всегда структурирована, он становится более сенситивным, отзывчивым и великодушным. *Такие дети становятся ответственными, компетентными и успешно руководят другими. Они всё приводят в движение. Со временем, узнав вкус успеха и почувствовав уверенность в себе, эти дети становятся намного отзывчивее и учатся понимать чувства окружающих.*

Реактивный темперамент

Реактивные дети развивают чувство собственного «я» на основании реакций на внешний мир и в своих взаимоотношениях с людьми. Они общительны и дружелюбны, стремятся увидеть, услышать, ощутить и пережить все, что может предложить жизнь. У них широкие интересы, поэтому им больше, чем другим, требуется внешняя стимуляция.

Каждый новый опыт обогащает их существо. Новые впечатления вдыхают в них больше жизни. Эти дети любят перемены, но сопротивляются необходимости на чем-либо сосредоточиться. Им требуется особенно много свободы для своих дел.

Они часто бросают дела на полдороги просто из желания взяться за что-то новенькое. Родителям важно отнестись к этой черте с пониманием и не волноваться. *Такому ребенку необходимо постоянно менять вид деятельности. Хаос для него — неперемное условие процесса обучения. Если дать ребенку свободу исследовать, изменяться и быть собой, то со временем он*

научится сосредоточиваться на своих задачах, глубже вникать в проблемы и заканчивать начатое.

Дети с реактивным темпераментом, словно бабочки, непринужденно порхают от одного вида деятельности к другому. Им требуется много времени, чтобы исследовать, переживать и открывать для себя мир. Они очень легко отвлекаются, и поэтому им необходимо, чтобы их постоянно направляли к той или иной деятельности. Такой ребенок забывает указания взрослых вовсе не потому, что сопротивляется вашей воле или хочет досадить. Он действительно забывает. Нельзя стыдить его за эту склонность. Постепенно он научится сосредоточиваться. Новые возможности легко отвлекают этих детей. Именно эту способность отвлекаться и можно использовать для того, чтобы преодолеть их сопротивление.

Если реактивный ребенок сопротивляется вашей воле, нужно просто перенаправить его к новой возможности, новой деятельности или опыту. *Эти дети нуждаются не в понимании и структурировании, но в отвлечении и направлении.* Стоит отвлечь этого ребенка, и в нем просыпается та сторона его существа, которая готова к сотрудничеству. Давайте рассмотрим некоторые примеры.

Когда дети начинают скандалить, достаточно просто отвлечь их внимание и показать любой яркий предмет, вспомнить смешную историю, любимую сказку, напомнить совместные поездки, все то, что привлекает взгляд или слух, с чем хочется поиграть и послушать.

Дети с реактивным и сенситивным темпераментом с самого начала находятся под более сильным воздействием внешнего мира. Создавая свои внутренние картинки к услышанным сказкам, они развивают сильное чувство собственного «я» и способность творить.

Реактивные дети обычно более жизнерадостны, ветрены и нетерпеливы. Они буквально питаются жизненными образами и переменами. *Жизнь для них — приключение.* Они общительны и болтливы, легко заводят друзей и вообще симпатизируют людям. Эти дети часто бывают очаровательны, неотразимы и сговорчивы. Они не таят злобы.

Дети с реактивным темпераментом ни к кому сильно не привязываются и редко обижаются. Они тоже скандалят и сопротивляются воле родителей, но это обычно происходит в тех

случаях, когда их заставляют сосредоточиться на том, что их не интересует, или делать то, что им не нравится. Хаос и эмоциональные колебания — неотъемлемая часть их жизни.

Они нередко бывают рассеянны, забывчивы и ненадежны. Им трудно следить за порядком — приходится снова и снова просить их об этом. Не ждите, что такой ребенок будет поддерживать вокруг себя порядок. Это — ваша забота. Ребенок с реактивным темпераментом не станет убирать в своей комнате, если ему не помогать. Вместо того чтобы с ним бороться, просто убирайте его комнату вместе.

Если позволить такому ребенку развиваться вдоволь и знакомиться со всем понемногу, он, в конце концов, обретет достаточно широкий кругозор и научится сосредотачиваться на предметах, вникать в них глубже. Со временем он сможет доводить дела до конца. После семи лет нужно поощрять его к сосредоточению. Проще всего этого добиться, помогая ребенку решать те или иные задачи.

Реактивному ребенку требуется более разнообразная деятельность, чем остальным детям. Для того чтобы удовлетворить эту потребность, *следует давать ребенку много впечатлений.* Туристические походы, музеи, парки, фестивали, спорт, гимнастика, кино, немного телевидения, видеоигры, книги, прогулки, купание в водоеме, качели — все это дает впечатления. Такие дети легко приобретают пристрастие к видеоиграм и телевидению, что доводит их до стрессового состояния, поскольку остается неудовлетворенной их потребность в других впечатлениях.

Если реактивный ребенок не получает необходимой поддержки, то, достигнув зрелости, он не в силах принять свалившиеся на него обязанности и может стать безответственным или слишком рассеянным. Если же *он получит соответствующее своему темпераменту воспитание, то станет ответственным, целеустремленным, сосредоточенным, уверенным в себе и целостным человеком.*

Восприимчивый темперамент

Восприимчивые дети больше других беспокоятся о том, как протекает жизнь. Они *хотят знать, что произойдет в следующий момент и чего ожидать от будущего*. Новые ситуации, вызывают у них тревогу и сопротивление. Им нужен режим, повторяемость и ритм.

Прием пищи, сон, игра, общение с мамой и папой, выбор одежды для завтрашнего дня — все должно проходить по расписанию. Побудить к действию их легче всего замечаниями типа: «А сейчас пришло время сделать ...» или «А теперь мы собираемся заняться...»

Это очень добродушные и вдумчивые дети. *На любую деятельность им требуется больше времени, но они непременно выполняют ее как следует и больше других детей противятся любым переменам*. Эти дети принимают решения медленно, и не следует спрашивать их, о чем они думают, что чувствуют и чего хотят. Вместо этого им нужно говорить, что делать.

Они больше других склонны к сотрудничеству — до тех пор, пока речь не идет о значительных переменах. Движение стрелки часов служит им сигналом для смены деятельности. Фраза «А теперь пора делать ...» действует на такого ребенка успокаивающе, и свидетельствует, что все идет своим чередом. *Им нужно, чтобы все вокруг было предсказуемо*.

Хотя эти дети любят, когда им говорят, что нужно делать, они сопротивляются, если их пытаются вовлечь в новую деятельность или торопят. Как и сенситивным детям, им необходимо больше времени, чтобы что-либо сделать или изменить. Приходится вновь и вновь заверять, что все продумано и идет по плану. Они так привыкли. Такой ребенок менее подвижен, чем другие дети, он нередко может застыть в неподвижности и просто наслаждаться этим — отдыхать, есть, смотреть, слушать, дремать...

Дети с восприимчивым темпераментом просто наслаждаются течением времени. Им не свойственна целеустремленность, а также творческие и новаторские порывы. Такому ребенку нужно то и дело говорить: «А теперь пора делать ...» — иначе он будет просто сидеть и грезить наяву. Восприимчивым детям *нравится физический комфорт*, они предпочитают созерцание действию — лишь бы не рисковать удобством.

В отличие от активных детей, *они не испытывают потребности лидировать и даже просто участвовать*. В раннем детстве они нередко наблюдают за играми других детей со стороны, не пытаясь принять участия. Такой ребенок может много раз наблюдать за игрой сверстников, и только потом наконец включиться в нее. В общем, чтобы пробудить в себе интерес к тому или иному делу, ему достаточно понаблюдать за ним.

Ребенок, который пристально следит за игрой сверстников, не чувствует себя в стороне. Он вполне доволен ролью наблюдателя. Он будто бы участвует в деятельности посредством других детей. Это не проблема, он тоже примет участие в игре, когда придет время. Начиная с семилетнего возраста такого ребенка следует поощрять к активному участию, но, если он сопротивляется, оставьте его в покое.

Чтобы поощрить ребенка к участию в деятельности, не следует говорить «Не хочешь ли присоединиться?», лучше сказать: «Теперь тебе пора присоединиться».

Если ребенок отказывается, просто скажите: «Ладно, я вижу, что тебе больше нравится наблюдать. Когда захочешь присоединиться, скажешь».

Часто взрослые уделяют восприимчивым детям слишком мало внимания, поскольку те очень спокойны, покладисты и нетребовательны. Однако им тоже иногда нужно бороться и сопротивляться. Их необходимо мягко поощрять к деятельности и преодолению препятствий, хотя они предпочли бы просто спать или тихонечко сидеть дома.

Перед таким ребенком *необходимо ставить задачи*. Без должной поддержки он может вообще не приобрести никаких интересов. *Режим, ритуал и ритм создают для него необходимую основу, чтобы идти на риск и предпринимать новые действия*.

Нежелание восприимчивого ребенка что-либо делать — недостаточная причина совсем отказываться от деятельности. У него самого никогда не возникнет желания заняться новым делом. Если он сопротивляется, действуйте мягко и никогда не принуждайте его силой. Помните, что, просто наблюдая за деятельностью, он уже участвует в ней так, как ему удобно. Неустанно предоставляйте этим детям возможность расширить интересы, но никогда не втягивайте их в активное участие. Если такой ребенок наблюдает — это уже хорошо.

Дети с восприимчивым темпераментом не любят, когда их прерывают. Они *любят доводить дело до конца*. Повторение дает им чувство безопасности. Они склонны сопротивляться, если отрывают их от дела, но сопротивляются чаще всего молча. Они не склонны скандалить, поскольку стараются избегать проблем и неудобств. Они очень боятся разочаровать родителей или вызвать их неодобрение.

Таким детям не требуется много разнообразной деятельности, поскольку это нарушит их ритм. Им нужен режим, например: прийти из школы, почитать, выгулять собаку, немного посмотреть телевизор, поесть, сделать уроки. *Восприимчивый ребенок любит режим и не любит перемены*. Общество активных или реактивных ровесников может стать для него источником стресса. Восприимчивые дети любят наблюдать за действиями других, но необходимость участвовать активно нередко оборачивается для них стрессом.

Зачем знать особенности темперамента родителей и детей?

Мы рассмотрели четыре основных типа темперамента: сенситивный, активный, реактивный и восприимчивый. Еще раз обратим ваше внимание:

1. Дети с сенситивным темпераментом сильно и глубоко чувствуют, они наиболее серьезны.

2. Дети с активным темпераментом обладают сильной волей, они готовы рисковать и хотят быть в центре внимания.

3. Дети с реактивным темпераментом жизнерадостны, непостоянны и требуют большей стимуляции. Их интерес постоянно перемещается от предмета к предмету.

4. Дети с восприимчивым темпераментом покладисты и склонны к сотрудничеству. Они охотно следуют инструкциям, однако, противятся переменам.

Зная особенности каждого темперамента, родители могут легко определить, какой из них преобладает у ребенка и дать ему то, что необходимо.

Если темперамент ребенка отличается от темперамента родителей и родители не знают об особенностях четырех темпераментов, им очень трудно дать ребенку необходимое.

Неосведомленность родителей об этих простых базовых различиях нередко становится причиной душевных травм и неудовлетворенности.

Довольно часто самые серьезные размолвки супругов касаются потребностей их детей. Родитель с *восприимчивым* темпераментом инстинктивно чувствует потребности ребенка с *восприимчивым* темпераментом, но если у другого супруга преобладает *активный, реактивный* или *сенситивный* темперамент, то он не может инстинктивно чувствовать нужды своего ребенка. Родителям не следует предполагать, будто их детям необходимо то же самое, что необходимо им самим. Вследствие такого подхода и ребенок страдает, и постоянно ссорятся между собой родители.

Например, без знания об особенностях различных темпераментов *реактивный* родитель придет к заключению, будто с его *восприимчивым* ребенком что-то не в порядке. Кроме того, такой отец или мать не сможет дать своему малышу ритм и повторение, которые требуются *восприимчивым* детям.

С другой стороны, родитель с *восприимчивым* темпераментом, который не любит перемен, но любит повторение, подумает, будто что-то не в порядке с его *реактивным* ребенком, который никогда ничего не доводит до конца. Не понимая его особенностей, родитель не предоставит необходимую этому ребенку возможность заниматься разнообразной деятельностью.

Пять принципов позитивного воспитания

Мы рассмотрели четыре типа темперамента, каждый из которых имеет свой темп и ритм, устойчивость чувств, степень волевого усилия, активности или пассивности.

Теперь рассмотрим пять принципов позитивного воспитания:

1. *Позволяя ребенку отличаться от других*, вы даете ему возможность открыть, оценить и развить в себе свой особый внутренний потенциал и увидеть свою цель.
2. *Позволяя ребенку совершать ошибки*, вы даете ему возможность корректировать себя, учиться на собственных промахах и добиваться все новых успехов.
3. *Позволяя ребенку проявлять негативные чувства*, вы даете ему возможность научиться управлять своими эмоциями и

осознавать собственные чувства, что вселяет в него уверенность в себе, отзывчивость и дух сотрудничества.

4. *Позволяя ребенку хотеть большего*, вы даете ему возможность осознать, что он этого заслуживает, и научиться откладывать удовлетворение своих желаний на потом. Хорошо, когда ребенок способен хотеть большего, но при этом умеет радоваться тому, что у него есть.
5. *Позволяя ребенку говорить «нет»*, вы даете ему возможность развить свою волю, разум и сердце, а также научиться глубже осознавать свои желания, чувства и мысли. Возможность противиться авторитету — фундамент позитивного воспитания.

Опираясь на эти принципы, родители помогут своим детям найти в себе силы для преодоления жизненных трудностей, в полной мере развить внутренний потенциал и ощущение собственного «я».

Заключение

Мы надеемся, что данное руководство по позитивному воспитанию детей с разными типами темперамента поможет вам в их воспитании. Быть родителями — труднейшая задача, но, как мы все знаем, эта задача — самая благодарная.

Пусть ваши дети растут уверенными в себе, отзывчивыми и способными на плодотворное сотрудничество.

Успех в жизни приходит не тогда, когда человек строго соблюдает правила, а *когда человек думает своей головой, следуя зову сердца*. Если родители требуют от ребенка покорности, его воля притупляется, разум и сердце закрываются, и ребенок забывает о своем жизненном потенциале. Если же напоминать ребенку, что сопротивляться нормально, но следует помнить, что мама и папа (а также воспитатель в детском саду, учитель в школе и т.п.) — главные, его разум и сердце остаются открытыми, и он развивает в себе способность осознавать свои желания и стремления.

Если родители умеют реагировать на сопротивление ребенка спокойно, не прибегая к угрозам наказания или к неодобрению, он постепенно и сам учится противостоять сопротивлению мира. Столкнувшись с человеком, который не желает идти на

сотрудничество, такой ребенок знает, как справиться с возникшей ситуацией, не сдаваясь и не требуя, чтобы сдался другой человек.

Позитивное воспитание учит детей проходить через жизненные трудности с пониманием и использовать при этом искусство дипломатии. Они из опыта знают: чтобы преодолеть сопротивление человека и побудить его к сотрудничеству, важно, прежде всего, выслушать его. Если родители выслушивают своих детей, дети автоматически учатся слушать других.

Дети ведут себя с окружающими так же, как родители вели себя с ними.

Литература

1. Беседы о темпераменте (на примере героев романа Л.Н. Толстого «Война и мир» / сост. О.Ю. Одинцова; отв. за вып. Н.Н. Щепеткова; ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека им. А.А. Суркова», отдел психологической поддержки молодежи. – Ярославль, 2011. – 24 с.
2. Корнеева Е.Н. Почему они такие разные? Характер и темперамент вашего ребенка / Ярославль: Академия развития, Академия Холдинг, 2002. - 157 с.
3. Клауд Г. Как воспитать замечательного ребенка: Пер. с англ. / Генри Клауд, Джон Таунсенд. – М.; Триада, 2011. – 287 с.
4. Джон Грей. Дети — с небес. Искусство позитивного воспитания. Как развить в ребенке дух сотрудничества, отзывчивость и уверенность в себе. - София; Москва; 2004. – 175 с.

Тест: «Темперамент вашего ребенка».

Мы предлагаем ответить на вопросы и выбрать более подходящий ответ для вас и вашего ребенка. Возьмите чистый лист бумаги и разделите его на две части: с одной стороны записывайте ответы, подходящие для вас, на другой части листа - ответы, подходящие для вашего ребенка.

Подсчитайте результат по четырем параметрам (а, б, в, г). Какой вариант чаще всего встречается, тот тип темперамента и более выражен. Сравните свой темперамент и темперамент ребенка. Сделайте вывод.

1. Какой у вашего ребенка характер?

а) Спокойный, медлительный, обстоятельный, сдержанный, миролюбивый.

б) Робкий, застенчивый, обидчивый, впечатлительный, нерешительный.

в) Энергичный, неугомонный, шаловливый, горячий, задиристый.

г) Жизнелюбивый, оптимистичный, компромиссный, общительный, склонный к риску.

2. Эмоции, наиболее часто испытываемые ребенком:

а) Положительные, бурных реакций нет.

б) Страх.

в) Гнев, бурные эмоции.

г) Положительные эмоции, много смеется.

3. Какие игры нравятся ребенку?

а) Уединенные, тихие, спокойные.

б) Уединенные, тихие; подвижные и шумные – только с близкими.

в) Азартные, шумные, подвижные, даже агрессивные.

г) Всякие, но чтобы было весело.

4. На наказания реагирует:

а) Практически без эмоций.

б) Негативно, с обидой.

в) На словесные – спокойно, на другие – с бурным протестом.

г) Спокойно.

5. Поведение ребенка в неожиданных ситуациях?

- а) Малоэмоционально.
- б) Попытка избежать этой ситуации (инстинкт самосохранения).
- в) Попытка сопротивления (потребность борьбы).
- г) Любопытство (выраженное позитивное отношение).

6. Насколько общителен ваш ребенок?

- а) Предпочитает уединение.
- б) Предпочитает уединение, общителен только с близкими.
- в) Нуждается в зрителях и сподвижниках.
- г) Любит общество и взрослых, и детей, знакомится быстро.

7. Какое положение ребенок занимает среди сверстников, есть ли лидерские качества?

- а) Авторитета и качеств лидера не имеет.
- б) Не лидер, авторитет имеет в узком кругу друзей.
- в) Сам себя выдвигает лидером, но сверстники по-разному к нему относятся.
- г) Прирожденный лидер, душа компании.

8. Особенности памяти.

- а) Запоминает медленно, но запоминает и почти не забывает целое.
- б) Запоминает по-разному, больше вникает в мелочи.
- в) Быстро запоминает детали, но быстро забывает.
- г) Быстро и легко схватывает целое и долго помнит.

9. Как усваивается новое?

- а) Медленно, зато обстоятельно.
- б) Зависит от обстоятельств.
- в) Схватывает на лету, но быстро забывает.
- г) Быстро и легко.

10. Утомляемость:

- а) Очень низкая (почти не устает).
- б) Высокая (любая деятельность вызывает упадок сил).
- в) Иногда средняя, а иногда высокая (зависит от его эмоций).
- г) Средняя (устает соразмерно деятельности).

11. Как даются возрастные навыки?

- а) Тяжело (навыки формируются долго, зато надолго).
- б) Быстро, но неустойчиво (стресс может вызвать регресс).
- в) Соответственно его годам (не делает ничего, кроме того, что интересно ему).

г) Без труда и легко.

12. Особенности речи.

а) Медленная, без жестов, невыразительная.

б) Тиха и неуверенная, но выразительна.

в) Речь эмоциональная, отрывистая, быстрая, постоянно переходит в крик. Тараторит, глотает слова и слоги.

г) С жестами и мимикой, выразительная, живая.

13. Его движения:

а) Солидные, неторопливые, нерасторопные.

б) Суетливые, неточные, неуверенные.

в) Резкие, порывистые.

г) Ритмичные, точные, уверенные.

14. Привыкание к школе, к детскому саду?

а) Боязнь нового, нежелание перемен, долгая адаптация.

б) Долгое привыкание, трудная адаптация.

в) Легкое привыкание к новой обстановке, неохотное подчинение требованиям взрослых.

г) Адаптация легкая и быстрая.

15. Особенности сна.

а) Засыпает быстро, спит спокойно, состояние после сна вялое, сонное.

б) Укладывается спать долго, но засыпает быстро, после сна состояние веселое.

в) Засыпает долго и трудно, сон беспокойный, после сна состояние самое разное: от самого плохого, до самого хорошего.

г) Засыпает быстро, сон крепкий, после сна состояние веселое.

Интерпретация:

Если в основном встречаются варианты а), то ваш ребенок – *восприимчивый*, у него темперамент уравновешенный, сильный, инертный.

Если в основном встречаются варианты б), то ваш ребенок – *сенситивный*.

Если в основном встречаются варианты в), то ваш ребенок – *реактивный*, его характер неуравновешенный, сильный, инертный.

Если в основном встречаются варианты г), то ваш ребенок – *активный*, его темперамент уравновешенный, сильный, подвижный.

Почему они такие разные?
Особенности позитивного воспитания детей
с различными типами темперамента
(в помощь родителям)

составитель А.К. Туманова
ответственный за выпуск Н.Н. Щепеткова

тираж 50 экземпляров

отпечатано в ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека
им. А.А. Суркова»
150048, г. Ярославль, Московский проспект, 147