**5 приемов для воспитания и обучения детей с разным типом темперамента**

О делении социума на холериков, сангвиников, флегматиков и меланхоликов слышали все. Но, если честно, мало кто сразу может сказать, что такое психологический темперамент. Еще меньше учителей используют преимущества данных типов на практике. Почему так происходит? Давайте разбираться.

Психологи характеризуют темперамент как стиль поведения, зависящий от скорости, силы, длительности реакций возбудимости и торможения нервной системы. В зависимости от комбинаций этих элементов получаем взрослого или ребенка с одним из 4 типов.

* **Сангвиник.** Уравновешенный, душа компании со множеством друзей, знакомых, дипломатичный, одновременно имеет много интересов, но не всегда завершает начатое.
Из таких деток бывают хорошие старосты класса, помощники учителя, активисты школьной самодеятельности и балагуры, которые превращают урок в цирковое представление.
* **Меланхолик.** Тихий, мечтательный, добрый, беззащитный, с чувством такта и умением поддержать беседу в тесном кругу. Исполнительные, но безынициативные.
* **Флегматик.** Спокойный, уравновешенный, задумчивый, с аналитическим складом ума, педантичный, рациональный ребенок, о котором говорят «маленький взрослый».
* **Холерик.** Активный, быстрый, напористый, целеустремленный, легко загорается идеей, эмоциональный, стремится к лидерским чертам.
С таким темпераментом легко получаются и хулиганы, срывающие дисциплину, и медалисты-активисты, отличники-спортсмены, которые везде успевают.

Советуем:

1. Определить тип психологического темперамента ребенка с помощью теста А. Белова «Формула темперамента».
2. Прочитать на досуге книгу Ольги Маховской «Американские дети играют с удовольствием, французские — по правилам, а русские — до победы. Лучшее из систем воспитания разных стран».

**Переходим от теории к практике**

Как общие характеристики можно использовать во благо, а слабые стороны темперамента обходить стороной? Для достижения этой цели воспользуйтесь рекомендациями школьных психологов.

**Как воспитывать холерика**

**Его сильные стороны:** настойчивость, активность, высокая работоспособность. Желание стать медалистом, победителем соревнований заставляет таких детей усиленно заниматься, не пропуская занятий и не жалея себя.

**Можно:** Спрашивать советы, как достичь того или иного результата, поручать держать дисциплину в классе в ваше отсутствие. Предложить составить распорядок дня на каникулах, в походе, на экскурсии.

**Нельзя:** Кричать, давить эмоционально в случае непослушания. Заставлять умерить пыл, не быть громким, шумным и эмоциональным на перемене, во внеурочное время.
 **Как воспитывать флегматика**

**Сильные стороны**: наблюдательность, аналитический склад ума, аккуратность, послушность.

**Можно**: Поручить сделать доклад или реферат на тему его хобби, приносить и убирать препараты/карты/методички для уроков. Можете быть уверены: все будет положено точно на место.

**Нельзя**: Наказывать за любознательность, медлительность. Требовать быть инициативным, общительным, поручать организовывать ребят для совместного выполнения задания.

 **Как воспитывать меланхолика**

**Сильные стороны:** мечтательность, креативность, углубление в свой внутренний мир, душевность, чуткость, милосердие.

**Можно:** Поручить участие в благотворительном проекте, патронаже пожилого человека или ветерана, оформления классного уголка. Все, что не связано с контактом с большим количеством людей, но касается творчества, будет выполнено на высшем уровне.

**Нельзя:** Высмеивать робость, застенчивость, замкнутость, мечтательность. Предлагать выступление на публике, если ребенок сам не проявляет инициативу.

**Как воспитывать сангвиника**

**Сильные стороны**: общительность, увлеченность делом, быстро налаживает контакт с незнакомыми, оптимист и балагур, умеет использовать общественные связи и знакомства.

**Можно**: Попросить приготовить совместное мероприятие вместе с ребятами из параллельных классов или даже другой школы. Помочь с благотворительными школьными проектами: сбор одежды, макулатуры, экологическая агитация.

**Нельзя**: Корить за общительность, неразборчивость в связях и друзьях, несерьезность.

**Памятка: 5 советов, как ужиться с любым типом темперамента**

Педагогам и мамам важно помнить простые правила. Они помогают наладить коммуникацию, предупредить конфликты и максимально раскрыть потенциал ребенка:

1. **Темперамент — это навсегда**. Его нереально перерасти, перевоспитать, закалить или убрать режимом дня, загруженностью в урочное время и на дополнительных предметных кружках, секциях.
2. **Нет плохих темпераментов.** Это всего лишь особенность скорости, силы и длительности психических реакций. Не более, и не менее.
3. **Стереотипы далеки от правды.** Практикующий психолог или учитель со стажем скажет, что меланхолик — это не всегда нюня, холерик — не скандалит, флегматик — не зануда, а сангвиник — не вечно улыбчивый ребенок.
4. **Используйте преимущества.** Любой психолог скажет, что сильная сторона холериков — это высокая работоспособность и умение достигать своей цели. Сангвиники необычайно коммуникабельны, легко заводят знакомства. Флегматики рациональны и доводят начатое до конца. А меланхолики необычайно чутко чувствуют мир, людей, обладают эмпатией
5. **Темперамент — составляющая личности, но не вся личность.** Помимо темперамента на формирование школьника влияет воспитание, социальная среда, хобби и куча всего прочего. Поэтому, сначала обращайте внимание на личность, а потом уже темперамент.

**Вам слово:** Давайте пообщаемся по теме. Знание особенностей психологических темпераментов — это мощнейший инструмент для педагога, родителя, воспитателя дошкольного заведения. А вы в своей практике используете деление на холериков, сангвиников, флегматиков и меланхоликов? Знаете ли вы свой темперамент?