Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

имени 21 армии Вооруженных сил СССР п.г.т. Стройкерамика муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение Детский сад «Солнышко»

«ЧТО ТАКОЕ ТЕМПЕРАМЕНТ

И КАК ЕГО УЧИТЫВАТЬ В ВОСПИТАНИИ»

# (консультация для родителей)

Педагог-психолог:

Полева Г.П.

п.г.т. Стройкерамика 2022-2023 учебный год

# Консультация

**«Что такое темперамент и как его учитывать в воспитании»**

С рождения дети по-разному реагируют на мир: один младенец при любой возможности заявляет о себе плачем, другой часами изучает потолок, третий так подвижен, что пеленать его бесполезно. Знание особенностей темперамента ребенка позволит родителям выбрать действенные стратегии его воспитания в раннем возрасте, которые при этом будут способствовать развитию малыша.

В общем смысле темперамент — это способ реагирования на мир, который задан врожденными свойствами нервной системы. Он [характеризует](https://gufo.me/dict/biology_modernenc/%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82) интенсивность, скорость, темп, ритм психических процессов и состояний. Темперамент в основном определяется сочетанием следующих трех качеств.

1. Реактивность: насколько сильно ребенок реагируют на радостные события или, наоборот, на ситуации, когда не получает желаемого. Реактивные дети испытывают более сильные эмоции.
2. Саморегуляция: насколько ребенок умеет контролировать свое поведение, в том числе проявление чувств. Способность к концентрации внимания и настойчивость тоже говорят о хорошей саморегуляции.
3. Общительность: насколько комфортно чувствует себя ребенок, встречая новых людей или сталкиваясь с новым опытом.

Каждый ребенок рождается со своим темпераментом, поэтому родители с самого раннего возраста ребенка могут его охарактеризовать, опираясь на способ реагирования. Например, «Вера у нас очень спокойная» или «для Максима всегда был важен режим дня».

Разницей в темпераменте объясняется разнообразие реакций детей на ситуацию. Каждый ребенок в большей или меньшей степени управляет своим поведением, более или менее общителен и реактивен.

## Как влияют врожденные свойства ребенка на выбор воспитательных приемов

Родителям, которые хорошо знают своего ребенка, обычно понятно, почему те или иные ситуации вызывают у него трудности. Исходя из этого понимания, они могут научить ребенка справляться с ними, кроме того, родители могут [подстроить](https://raisingchildren.net.au/newborns/behaviour/understanding-behaviour/temperament) стиль воспитания под индивидуальные свойства ребенка и с помощью адекватных педагогических приемов помочь ему развивать положительные качества.

Некоторые родители считают, что им будет легче понимать ребенка со схожим темпераментом. Но ребенок может быть совсем не похож на родителя. На самом деле разница темпераментов не будет осложнять жизнь, если удастся выработать такой режим, который устраивал бы всех членов семьи.

### Реактивность

Малыши с высоким уровнем реактивности бурно радуются хорошим событиям, но не менее бурно расстраиваются и негодуют, когда им что-то не нравится или идет не по плану. Возможно, такого ребенка придется научить реагировать на внешние стимулы более сдержанно. Для этого помогите ему расслабляться и находить слова для выражения отрицательных эмоций.

Реактивные дети физически активны, они любят проводить время на улице. Вы поможете своему ребенку развиваться, если предложите ему или ей попробовать новые виды физической активности. Но такому ребенку может быть трудно вернуться в спокойное состояние после активности, поэтому перед сном лучше почитать и сделать несколько дыхательных упражнений на расслабление.

И наоборот, если у ребенка низкий уровень реактивности, он может быть более «удобным», но при этом быть пассивным и нерешительным. Возможно, ему не хватает умения постоять за себя, и родителям придется его этому научить. Если мать или отец отмечают повторяющиеся ситуации, в которых ребенок мог бы вести себя более уверенно и твердо, они могут предложить ему попробовать другие варианты поведения.

Важно поощрять ребенка с низкой реактивностью к участию в семейных обсуждениях и выражению собственного мнения. Можно, например, спросить его, понравился ли ему новый мультфильм (новая еда, одежда, прогулка).

Такие дети обычно не очень физически активны, однако им доставляют удовольствие занятия, в которых нужна развитая мелкая моторика, будь то рисование, лепка, сборка конструкторов и пазлов. Чтобы все-таки обеспечить ребенку физическую нагрузку, предложите ему отправиться в парк, чтобы собрать листья для поделок, или прогуляйтесь в библиотеку за новой книжкой пешком, вместо того чтобы ехать на транспорте.

### Способность к саморегуляции и концентрации внимания

Дети, которым проще регулировать свое поведение, лучше владеют собой и справляются даже с такими сильными эмоциями, как разочарование или восторг. Они менее импульсивны и быстрее успокаиваются после переживаний.

Также у них обычно нет проблем с концентрацией внимания. Они с большей вероятностью будут упорно делать что-то до тех пор, пока не получат хороший результат. Они умеют двигаться дальше, несмотря на неудачи, но при этом боятся ошибиться и склонны к некоторому перфекционизму. В таком случае постарайтесь убедить ребенка, что [совершать ошибки вовсе не страшно](https://xn--80aidamjr3akke.xn--p1ai/articles/strah-pered-oshibkami-i-kak-pomoch-rebenku-ego-preodolet), они дают нам новый опыт и помогают развиваться.

Ребенку с трудностями саморегуляции нужна поддержка родителей, чтобы концентрироваться на сложных задачах. Такие дети быстро переключают внимание с одного занятия на другое. При этом они часто бывают очень креативны. Чтобы помочь ребенку сконцентрироваться, можно предложить ему награду за выполнение какой-то задачи или разнообразить процесс с помощью игр и творческих занятий.

### Общительность

Если ребенок очень общительный, ему нравится играть в совместные игры и проводить время с другими людьми. Но не нужно стараться постоянно развлекать его, играть с ним и общаться: такому ребенку важно научиться занимать себя самостоятельно.

Более общительные дети обычно легко адаптируются к переменам. Изменения в привычном режиме дня их не слишком беспокоят. Такому ребенку необходим новый опыт и обилие новых впечатлений. Но не менее важно обеспечить им время один на один с близким человеком.

Если ребенок не очень коммуникабельный, скорее всего, он охотно играет сам с собой и легко находит себе занятия без посторонней помощи. А вот завести друзей ему трудно, и тут может понадобится содействие родителей. Если он не чувствует себя комфортно в группе детей или на праздниках, попробуйте, например, пригласить одного-двух его друзей поиграть вместе с ним у вас дома или в парке.

Таким детям нравится размеренная жизнь изо дня в день, им трудно адаптироваться к переменам. С одной стороны, это удобно: родители могут строить планы, ориентируясь на детские привычки. С другой стороны, события, выходящие за рамки ежедневной рутины, могут вызывать у ребенка тревогу, и задача родителей — научить его справляться с новыми ситуациями.

## Чем темперамент отличается от характера

От чего зависит темперамент, с которым рождается ребенок? «Ученые пытаются найти эти основы в строении тела, типе нервной системы, силе биологических потребностей, функционировании эмоциональных центров головного мозга», — [пишет](https://ast.ru/book/u-nas-raznye-kharaktery-kak-byt-045100/) опытный специалист по детской психологии и автор множества книг о воспитании Юлия Гиппенрейтер.

Темперамент образует природную основу характера и «под влиянием жизненного опыта оформляется в характер», — продолжает психолог. Характер — это не одна черта, а целый комплекс разнообразных свойств, которые проявляются во многих обстоятельствах. В отличие от темперамента, обусловленного врожденными реакциями, характер ребенка обнаруживается далеко не сразу.

До определенного возраста — по крайней мере до 3 лет, а то и дольше — поведение ребенка определяется не столько природными задатками его характера, сколько действиями родителей: тем, как его кормят, как укладывают спать, приучают к туалету, что разрешают и какие запреты устанавливают.

При этом на все действия родителей по отношению к ребенку накладывает отпечаток их собственный характер.

По мере того как ребенок растет, свойственные ему черты могут меняться. Например, тот, кто в детстве постоянно отвлекался и не мог ни на чем сосредоточиться, может вырасти во взрослого, для которого сконцентрироваться во время деловых переговоров — не проблема. Это может произойти в результате появления сильной мотивации или благодаря приобретенному с годами умению управлять своим вниманием.

 Информационные ресурсы:

1. <https://растимдетей.рф/articles/chto-takoe-temperament-rebenka-i-kak-ego-uchityvat-v-vospitanii>
2. https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2017/03/29/kak-uchityvat-temperament-rebenka-v-protsesse