**Способы эффективного взаимодействия с ребёнком**

**с учётом его преобладающего типа темперамента**



**Если ваш ребёнок… ХОЛЛЕРИК**

*Рекомендуется:*

Удержание от чрезмерной траты энергии, учет склонности к изменению своих решений и увлечений, учет склонности к общению с новыми людьми, требование лучшей сосредоточенности внимания на собственных действиях, поддержание интереса к занятиям, такт и помощь в постановке перспективных целей, обеспечение поля деятельности, которое поглощало бы избыток сил и создавало бы обилие целей, подбор товарищей, логичное требование, частые беседы с целью дать возможность «выплеснуть» эмоции.

**Если ваш ребёнок… САНГВИНИК**

*Рекомендуется:*

Учёт легкости приспособления к изменяющимся условиям и обстоятельствам, опора на предрасположенность к высокой переключаемости внимания, использование расположенности к лидерству и руководству коллективными действиями, учет склонности к общению с новыми людьми.

****

**Если ваш ребёнок… ФЛЕГМАТИК**

*Рекомендуется:*

Повышенная ответственность за выполнением заданий, поощрение проявлений самостоятельности и активности, опора на предрасположенность к спокойным и расчетливым действиям в «горячей» обстановке, воздействие не только похвалой, но и порицанием, дополнительное стимулирование, побуждение к предварительному планированию своих действий, не добиваться немедленного выполнения требований, дать время и возможность примириться с необходимостью выполнить действие, проведение занятий с высокой нагрузкой.

**Если ваш ребёнок… МЕЛАНХОЛИК**

*Рекомендуется:*

Мягкое, тактичное, чуткое отношение, поддержание бодрого настроения, внушение уверенности, помощь в принятии и исполнении ответственных решений, ободрение при неудачах, подбадривание, предпочтение воздействия похвалой, учет склонности к ограниченному общению с новыми людьми, включение в жизнь коллектива через подбор товарищей, постепенно ставить легко преодолимые барьеры, поручать временные дела, которые могут проявить самостоятельность, включать в спортивную деятельность, что поможет одержать победу над нерешительностью.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Положительные стороны*** | ***Проблемы*** |
| **ХОЛЕРИКИ** |
| Энергичность, увлеченность, пытливость, трудоспособность, целеустремленность, возможность влиять на других, не выносят состояния бездействия, не страшатся перегрузок  | Горячность, невыдержанность, нетерпеливость, конфликтность, затруднения в переключении внимания, склонность к бурным эмоциональным вспышкам, смене настроения; демонстрируют свое отношение к антипатичным людям; вызывающе ведут себя, если что-то угрожает их независимости; занимают внутреннюю позицию превосходства; привычка упрямиться.  |
| **САНГВИНИКИ** |
| Мобильность, оптимизм, трудоспособность, легко устанавливают деловой и эмоциональный контакт, не остаются без ближайшего друга, часто (мальчики) входят в состав нескольких групп одновременно, не прибегают к упрямству, приспособляемость в коллективе  | Легкомыслие, поверхностность, внушаемы более, чем остальные; бахвалятся приобщённостью к взрослой жизни, не переносят эмоциональных перегрузок; случается, что в состоянии эмоционального дискомфорта обнаруживают аффективность; бравируют недостатками; изменчивость настроения  |
| **МЕЛАНХОЛИКИ** |
| Высокая чувствительность, мягкость, доброжелательность (не всегда), склонность к самоанализу, уделяют много времени восприятию самих себя, не любят заискивания, авансирования успеха | Не в меру эмоционально ранимы; неуверенность в себе, мнительность, неустойчивость внимания, заниженная самооценка; подозрительны, вследствие чего обрекают себя на психологическое одиночество, с трудом осваиваются в новых коллективах; в ситуации, чреватой утратой независимости, ведут себя открыто вызывающе, в противном случае маскируют стойкое упрямство (девочки); значительно раньше других обретают сексуальность, трусливы, не верят в свои силы  |
| **ФЛЕГМАТИКИ** |
| Не участвуют в конфликтах, уравновешенны, в меру самолюбивы и самокритичны, с трудом заводят, но легко поддерживают знакомство, устойчивость, постоянство, надежность, терпеливость  | Позже всех созревают физиологически, не берут на себя миссию лидера, медлительность, некоммуникативность, социальный инфантилизм, попадают под влияние более инициативных людей, лень |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тип темперамента | Сила – слабостьнервной системы | Уравновешенность - неуравновешенность | Возбудимость – тормозимость  |
| Сангвинический | сила | уравновешенность | возбудимость |
| Холерический | сила | неуравновешенность | возбудимость |
| Флегматический | сила | уравновешенность | тормозимость |
| Меланхолический | слабость | неуравновешенность | тормозимость |

**Индивидуально-психологическая ориентация человека**

У экстравертов ориентация преимущественно на мир внешних объектов.

У интровертов ориентация преимущественно на внутренний субъективный мир.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Интроверты** | **Амбиверты** | **Экстраверты** |
| Интровертам присущи необщительность, замкнутость, социальная пассивность (при достаточно большой настойчивости), склонность к самоанализу и затруднения к социальной адаптации. Интроверты лучше справляются с монотонной работой, они более осторожны, аккуратны и педантичны. | Присущи черты экстра- и интроверта. Иногда лицам, для уточнения этого показателя рекомендуется дополнительное обследование с использованием других тестов. | Экстравертам свойственны общительность, импульсивность (но малая настойчивость) и высокая социальная адаптированность. Экстраверты обычно обладают внешним обаянием, прямолинейны в суждениях, как правило, ориентируются на внешнюю оценку. Хорошо справляются с работой, требующей быстрого принятия решений. |

**Нейротизм**

Показатель нейротизма характеризует человека со стороны его эмоциональной устойчивости (стабильности). Показатель этот биполярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся чрезвычайно эмоциональной устойчивостью, прекрасной адаптированностью, а на другом – чрезвычайно нервозный, неустойчивый и плохо адаптированный тип.

|  |  |
| --- | --- |
| **Эмоционально устойчивый****(устойчивые)** | **Эмоционально нестабильные (нейротичные)** |
| - люде, не склонные к беспокойству, устойчивые по отношению к внешним воздействиям, вызывают доверие, склонны к лидерству. | - чувствительны, эмоциональны, тревожны, склонны болезненно переживать неудачи и расстрариваться по мелочам. |