

Ребёнок – холерик

Информацию подготовила:

педагог – психолог

Захарова Ольга Владимировна

Холерик - один из четырёх типов темперамента в классификации Гиппократ. Люди с холерическим типом темперамента характеризуются высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, резкостью, стремительностью, силой, быстрым темпом и порывистостью движений. Холерик вспыльчив, нетерпелив, склонен к бурным эмоциональным вспышкам и резким сменам настроения, иногда бывает агрессивным. Данный темперамент характеризуется сильными, быстро возникающими чувствами, ярко отражающимися в речи, жестах и мимике.

При отсутствии надлежащего воспитания у детей с холерическим типом темперамента недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных обстоятельствах.

Цель: ознакомление родителей с особенностями холерического типа темперамента и рекомендациями по воспитанию детей с темпераментом данного типа.

1. Характеристика холерического типа темперамента.
2. Особенности воспитания детей – холериков.
3. Рекомендации по индивидуальному подходу.

Холерик — это экспрессивный тип темперамента с сильной, но неустойчивой нервной системой, для которого характерны стремление доминировать, энергичность, слабый самоконтроль. У такого человека часто меняется настроение, то в худшую, то в лучшую сторону. Ребёнок-холерик любит игры с большим количеством людей, обожает общение со сверстниками. В поведении холерики шумные, суетливые, неугомонные, шаловливые. Холериков выделяет громкий и звонкий голос, быстрая и очень настойчивая речь, сильная жестикуляция. Дети с темпераментом холерика быстро утомляются, потому что вкладываются в начатый процесс с головой, отдают в него всю энергию. Проблемой для таких ребят становится неусидчивость — редко они доделывают что-то до конца. Обидчивость и вспыльчивость становятся для этих детей особенным отрицательным явлением.

Сильные стороны детей-холериков:

1. Активные и энергичные дети;
2. Общительность позволяет ребёнку-холерику легко находить друзей, заводить знакомства, проявлять свои таланты;
3. Решительность как важная характеристика темперамента холериков помогает показать свое «Я», стать лидером;
4. Способность быстро адаптироваться является очень важной характеристикой холериков. Ребёнку проще привыкнуть к новому коллективу, воспитателям, соседям по парте, новому городу или даже стране.

Слабые стороны детей-холериков:

1. Вспыльчивость и конфликтность ребёнка;
2. Неумение доводить начатое до конца;
3. Неустойчивое поведение, частая агрессия.

У подростков с холерическим темпераментом есть свои особенности. Знать их нужно хотя бы потому, что в эту группу входит свыше 50% юношей и девушек. Такие подростки, как правило, активны, а также их отличает:

1. предприимчивость;
2. склонность к общественно значимой деятельности;
3. стремление преодолевать даже серьёзные трудности;
4. готовность и умение брать на себя разрешение трудностей других людей;
5. не слишком высокая результативность в учёбе;
6. умение быстро реагировать на нестандартные ситуации;
7. ориентация на новые и необычные вещи.

Особенности холерического темперамента детей предполагают индивидуальный подход в их воспитании.

Энергию ребёнка-холерика необходимо направлять в полезное русло. Для девочек прекрасным вариантом станет легкая атлетика, фигурное катание, актерское мастерство. Для мальчиков — любые активные виды спорта: футбол, борьба, скалолазание и проч.

Желательно максимально ограничивать раздражители для нервной системы ребёнка. Если какая-то игрушка, например, в силу сложности вызывает у ребёнка вспышку гнева, стоит незаметно убрать её до лучших времен.

Нужно стараться компенсировать активность своего ребёнка малоподвижными играми. Это могут быть любые настольные игры, такие как пазлы или лото.

При очень сильной эмоциональности помогают лепка и рисование, игры и хобби, вырабатывающие усидчивость. Такие занятия должны быть регулярными, проводить их желательнее в определённое время.

Ребёнку – холерику необходимо какое-то хобби. Воспитывать в человеке с таким темпераментом любовь к какому-то делу просто необходимо.

Необходимо прививать ребёнку убеждение, что нужно доводить до конца всё, что он начинает. И как замечательно увидеть конечный результат своего дела.

Для уменьшения импульсивности, для усиления внимания лучше всего подходят такие занятия, как ручные ремесла, вышивка, конструирование, сборка мозаики. Любопытнее, когда холерики стараются, проявляют терпение и трудолюбие, надо поощрять.

Воспитание хороших манер и культурной речи тоже ведёт к тренировке подвижного торможения. Прямая посадка, стройная походка, привычка не прислоняться к стене и не шаркать ногами, не смеяться громко непосредственно связаны со сдерживанием ненужных действий, жестов.

Требуется постоянно контролировать поступки детей - холериков. Процесс воспитания может потребовать в данном случае от родителей предельного внимания, но без него маленький холерик может причинить кому-то вред, сделать больно или просто плохо. Хорошим мотиватором могут стать сами родители, если будут на своём примере показывать, как больно от агрессии ребёнка, его обидных слов, пущенных в ход кулаков.

Повышенные тона и физическая сила – это точно не инструменты в воспитании холерика. Так родители только подстёгивают в нём его особенность и провоцируют на яркое проявление отрицательных особенностей холерического темперамента.

Уже с дошкольного возраста ребёнку-холерику нужно научиться контролировать свои эмоции. Родители должны объяснять, как важно пресекать негативные вспышки эмоций.

Родители должны уметь сами слышать ребёнка. Обязательно показывать ему, что им не безразлично то, что говорит ребёнок, и они готовы не только воспитывать, но и поощрять. Родителям детей – холериков важно учитывать, что их дети говорят эмоционально, часто категорично, но искренне, и несколько позже, когда эмоции успокоятся, можно будет это же обсудить обстоятельно и продуктивно. Нужно говорить со своим ребёнком как можно чаще, найти слова для каждого спорного случая, показать на своём примере, как нужно делать. Ребёнок должен чувствовать, что его понимают, ценят его интересы.

Детям-холерикам надо давать чёткие обязанности, последовательно инструктируя их. Должна оговариваться конкретная цель и этапы действий. Важно привлекать детей-холериков к домашним делам, цель которых чётко ясна. Можно приучать детей к проговариванию стадий работы вслух и к чёткому выполнению плана.

Любую ситуацию, когда из-за спешки, раздражительности наступили негативные последствия, можно обратить в пользу; ее разбирают, старательно указывая на ошибки.

Список литературы:

1. Шелопуха О.А. Какой у вас ребёнок? – М, 2006.