

Воспитание подростков с разным темпераментом



Несмотря на разную внешность, внутренний мир, особенности характера, психологи нашли в людях нечто общее и объединили их по типу высшей нервной деятельности – темпераменту – в четыре группы. Зная тип темперамента ребенка, можно эффективно выстроить процесс воспитания даже в сложный подростковый период.

Темперамент – это склонность человека к определенному стилю поведения, обусловленная природой. По сути, это – совокупность психологических и физиологических особенностей человека. В поведении человека отражаются чувствительность к внешним воздействиям, эмоциональность, активность, уравновешенность.

Нужно отметить, что в чистом виде типов темпераменты встречаются крайне редко. В человеке могут присутствовать черты даже всех четырех типов, но выражены они по-разному – есть преобладающий, и именно он считается главным.

Характеристики типов темперамента



Сангвиник: быстрый, активный, общительный, уравновешенный, сильный, жизнерадостный. Он легко заводится и быстро успокаивается, без проблем адаптируется к новым условиям, проявляет активность во всем, способен на длительные действия и устойчивое внимание, легко налаживает контакты с людьми, способен к самоконтролю.

Флегматик: уравновешенный, сильный, медленный, пассивный, спокойный, эмоционально стабильный. Отличается высокой терпимостью к стрессу, низкой способностью адаптироваться, высоким сосредоточением на деятельности, высокой работоспособностью. Его отличает скудность проявления эмоций, из-за чего он может казаться нечувствительным. Медленно включается в деятельность, у него не всегда высокий темп, но делает все качественно по причине высоких аналитических способностей. Его нельзя отнести к категории очень общительных людей, так как это качество не приоритетное для него, а второстепенное. Он нелегко создает новые контакты, но и проблем взаимодействия у него нет.

Холерик: активный, быстрый, эмоциональный, неуравновешенный, слабый, общительный. Этот человек отличается яркостью, выразительностью, высокими амбициями, уверенностью в себе, потребностью к общению. Он легко берется за дела, но также легко отступает. Из-за невозможности самоконтроля часто меняется настроение. Холерики часто конфликтуют с людьми, Устойчивость и работоспособность довольно низкая.

Меланхолик: медленный, неуравновешенный чувствительный, очень эмоциональный, пассивный, слабый, необщительный. Меланхолики очень ранимы, чувствительны, направлены на собственные переживания и чувства, склонны к депрессии и саморазрушению, креативны, но пассивны в действиях. Очень долго раскачиваются в любых начинаниях и способны бросить дело. Им трудно сосредоточиться, внимание не устойчиво.

Как воспитывать подростков с разным темпераментом

Сангвник: энергичный, жизнерадостный, работоспособный, общительный. Ярко проявляет эмоции, откликается на новый вид деятельности или предложения, стремится к контактам с людьми.

Учите ребенка глубокому погружению в проблему и усидчивости, так как знания не должны быть поверхностными. Сангвники часто «скачут по верхам».

Следите за формированием адекватной самооценки, так как он может легко занять лидерскую позицию, но не удержать ее.

Ставьте перед подростком сложные задачи и мотивируйте их решать. Ребенок должен гордиться не возможностями, а достижениями.

Чередуйте умственную и физическую нагрузку, чтобы задействовать «лишнюю» энергию.

Флегматик: спокойный, медлительный, незмоциональный, уравновешенный. Подросток-флегматик с трудом переключается на другую работу, трудно сходится с людьми и адаптируется к новому месту. Он терпелив и молчалив, кропотлив в делах, но часто не уверен в себе из-за медлительности.

Не отвлекайте внимание ребенка во время деятельности, не подгоняйте, так как это приведет еще к большему снижению темпа.

Меняйте виды деятельности, учите переключать внимание.

Чаще хвалите, поддерживайте, ставьте посильные задачи. За внешним спокойствием прячется очень ранимая душа.

Холерик: активный, несдержанный, нетерпеливый, эмоциональный. Всегда стремится к новому, часто попадает в конфликтные ситуации. Обладает неустойчивым вниманием, не усидчив.

Следите за окружением ребенка и направляйте его в нужное русло.

Давайте полезную информацию об опасности, в которую он может попасть, и о способах защиты.

Заинтересовывайте ребенка активными делами: спорт, танцы, театр; направляйте его энергию в нужное русло.

Поддерживайте его идеи, восхищайтесь вместе с ним, разрешайте шумные компании и громкие разговоры.

Поддерживайте во время неудач и помогайте начинать сначала.

Меланхолик: чувствительный, обидчивый, ранимый, медлительный, пассивный. Подросток робкий и застенчивый, быстро устает, склонен к нервным срывам. Часто уходит в себя, мечтателен.

Станьте другом ребенку, сохраняйте доверительные отношения.

Избегайте конфликтов и скандалов, не оскорбляйте и не наказывайте ребенка.

Поддерживайте веру в себя, помогайте в выборе хобби, хвалите за креативность и успехи.

Помогайте ребенку в общении с окружающими.

Поддерживайте мечты, но возвращайте к реальности – помогайте строить осуществимые планы.

Ваш ребенок уникальный – он самый лучший и особенный, не похожий на других. Научитесь понимать своего ребенка, чтобы эффективно воспитывать.