**Памятка для родителей «Темперамент вашего ребёнка»**

Ребёнок рождается с унаследованным темпераментом. Выяснив, какой темперамент у вашего ребёнка, вы сможете общаться с ним без конфликтов и стрессов. Обратите внимание на то, что существуют смешанные типы темперамента. Свойства темперамента накладывают отпечаток на характер и способности, поведение в повседневных и необычных обстоятельствах, особенности общения и взаимодействия с людьми. От темперамента зависит глубина интересов, скорость запоминания, быстрота восприятия, способность к концентрации внимания, удобный темп деятельности и многое другое.

Темперамент определяет динамику становления индивидуальности. Под влиянием окружающей среды темперамент может видоизменяться.

**Сангвиник.** Жизнелюб и оптимист, охотно рискует и идёт на компромиссы, деловит и собран, прекрасно сходится со сверстниками, быстро адаптируется в незнакомом месте, мгновенно осваивает новую информацию. Он любит подвижные игры, очень любознателен. Быстро засыпает и просыпается в хорошем настроении. Наказания переносит легко, быстро о них забывает. Его живая речь изобилует словами в превосходной степени и сопровождается импульсивными жестами. Это вообще самый «удобный» для воспитания темперамент. Однако, увлёкшись каким – либо делом, ребёнок не может правильно рассчитывать силы, быстро устаёт и часто меняет надоевшие занятия. Воспитывая сангвиника, учите его терпению и упорству и следите, чтобы его оптимизм и жизнерадостность не переросли в легкомыслие и непостоянство.

**Холерик.** Это неутомимый, бесстрашный, задиристый ребёнок. Часто горячится и вступает в конфликты. Нередко испытывает страх и гнев, непредвиденные ситуации воспринимает в штыки. К замечаниям относится спокойно, а вот физическим наказаниям сопротивляется. Предпочитает шумные игры, баловство, постоянно нуждается в зрителях и новых впечатлениях. Новую информацию схватывает на лету и тут же забывает. Говорит громко и быстро. К новой обстановке привыкает легко. А вот засыпает с трудом, и никогда не предугадаешь, в каком настроении проснётся.

Попытайтесь снизить скорость его порхания по жизни, организуя остановки и паузы; помогайте выбрать хобби, тогда фонтан его бурной энергии будет использован в познавательных целях. Занимайте ребёнка спокойными играми, совершенствующими внимание и наблюдательность, учите его обдумывать решения, рассчитывать силы, всегда быть сдержанным и настойчивым.

**Флегматик.** Он очень спокойный, медлительный, обстоятельный, сдержанный, даже мало эмоциональный, не любит рисковать. Этот ребёнок любит спокойные игры. Он не бывает лидером среди сверстников. Новую информацию усваивает медленно, но зато навсегда. Долго адаптируется к новшествам, перемен не любит. А вот засыпает быстро, спит спокойно, но просыпается медленно и долго ходит вялый. Постарайтесь развить в ребёнке любознательность и инициативность; ускоряйте его черепашьи темпы. В этом вам помогут любые игры на скорость и ловкость. Показывайте ему пример ярко выраженного, эмоционального поведения: сами активно радуйтесь и огорчайтесь, он обязательно это у вас переймёт.

**Меланхолик**. Ребёнок робкий, замкнутый и нерешительный, тревожится по мелочам, очень мнителен и сентиментален. Новую информацию усваивает с трудом, всё время отвлекается и быстро устаёт. Двигается неуверенно, говорит тихо, но выразительно. Как правило, выдаёт реакцию, неадекватную силе раздражителя. Спать укладывается долго, засыпает быстро, утром легко встаёт. Очень тяжело привыкает к новым местам и потому не любит ходить в садик и школу. Меланхолику нужно учиться самостоятельности и смелости. Ему нельзя приказывать, недопустимы категоричные обращения и отрицательные оценки. С таким ребёнком надо обсуждать увиденное и услышанное, акцентируя внимание на положительных сторонах.

Желаем успеха!

Залог семейного счастья в доброте, откровенности, отзывчивости.

Лучшее воспитание детей – это воспитание на основе искренних человеческих отношений.

Ребёнок учится тому, что видит у себя в дому. Родители – пример тому.