**ТЕМПЕРАМЕНТ ВАШЕГО РЕБЁНКА **

Бороться с ним себе дороже, но найти подход вполне реально . В одном ребёнке может сочетаться несколько темпераментов.
Читайте и сохраняйте «ключики» к каждому :
 Холерик - ЭЛЕКТРОВЕНИК.
Активный, импульсивный, эмоциональный.
Просыпается рано, встает резко.
Требует внимания к себе.
Говорит громко, а еще больше кричит.
Его нельзя заставить делать что-то против воли. С ним надо договариваться, иначе будет истерика и агрессия.
Создаёт конфликты на пустом месте.
Все делает быстро, но небрежно.
Постоянно перебивает - у него не хватает терпения дослушать до конца.
Бегать, играть, прыгать, кричать на открытой площадке – необходимо.
Но не пытайтесь его «загрузить» - чем больше холерик устает физически, тем более капризным становится.
Учите его концентрировать внимание и плавно переключаться с одного дела на другое. Например, на прогулке заметить сначала 5 красных машин, а потом 2 синих.
Обязателен спорт, можно с долей риска и агрессии - хоккей, велосипед, картинг, горные лыжи.
Чтобы научить доводить дела до конца создавайте позитивную мотивацию: «Когда соберешь игрушки, мы с тобой пойдем...».
Никаких активных игр, гаджетов за час до сна.
Перед сном обязательные повторяющиеся ритуалы - теплая ванна, легкий поглаживающий массаж, книжка.
⠀
 Сангвинник - ОБАЯШКА.
 Любознательный, жизнерадостный.
 Отзывчивый, первым прибежит на помощь и поделится своей игрушкой.
Может делать несколько дел одновременно: читать, смотреть мультики, разговаривать и играть. Это иногда мешает, тк приводит дезорганизованности.
 Легко сходится с незнакомыми людьми.
 Слишком доверчивый - быстро называет всех друзьями, приглашает в дом, отдаёт свои вещи.
 Их нужно приучать к порядку и режиму с самого детства.
 Быстро загораются новым делом, но как только начинается рутина - теряют интерес. Поэтому нужен мягкий и настойчивый контроль, чтобы доводить до результата.
 Не ругать - конфликты и крик сангвиники переживают очень тяжело, вплоть до проблем со здоровьем.

Флегматик - КОПУША.
Тем, кто не знает особенностей его нервной системы, кажется ленивым и бесчувственным.
Разбудить его тяжело: капризничает, после сна ходит вялый и недовольный.
Его нельзя подгонять! Для него это стресс. А в стрессе флегматики ещё медленнее.
Лучше научить его правильно распределять свое время - календарь и таймер ваше всё!
Не любит перемен, медленно привыкает к новой обстановке, лучше готовить его заранее.
Не плещет эмоциями, не спешит. Мало двигается, долго принимает решения, медленно думает, часами делает уроки.
Зато не конфликтует, не устроит истерику в магазине, не будет паниковать в стрессовой ситуации.
Если вы хотите в чем-то его переубедить- приведите веский аргумент и дайте ему время для обдумывания.
Не будет первым в скорочтении и решении задач на время. Но не потому, что у него уровень интеллекта ниже, а из-за типа нервной системы.
Зато запомнит материал осмысленно, в отличие от тех, кто хватает «по верхам».
У лучших пилотов крупных авиалайнеров, авиадиспетчеров, успешных руководителей есть флегматические черты, которые делают их рассудительными, стрессоусточивыми и эмоционально выдержанными 

Меланхолик - ПЬЕРО.
Нервная система слабая и быстро истощаемая.
Ранимый, застенчивый, чувствительный, тревожный пессимист.
Ему ОЧЕНЬ важно, чтобы все было предсказуемо, понятно и знакомо.
Ему проще уйти «в тень» и закрыться от мира, чем знакомиться с новыми людьми и активно общаться.
Но зато меланхолики способны к состраданию, исполительны, эмпатичны.
Его психика уязвима и каждое грубое слово, наказание могут стать причиной серьезных комплексов.
Приказы и крик вызывают у него состояние ступора.
Как можно больше тактильного контакта .
Не перегружайте его занятиями и в процессе работы делайте паузы, чтобы восстановиться.
Ему противопоказаны страшные истории, военные фильмы и ужастики. Он все пропускает через себя и лишь утверждается в том, что мир вокруг страшен и опасен.
Зато отлично выполняет монотонную работу, требующую усидчивости. В ней он покажет лучший результат.