

Холерик

Общая характеристика:

Вспыльчив, самоуверен и стремителен, мгновенно принимает решения, поэтому его идеи часто не продуманы, но очень интересны. Холерик очень подвижен, не переносит долгого ожидания, подвержен резким переменам настроения. Трудно предсказать, как он поведет себя в новой обстановке - реакция может быть самой разной. Ребенок-холерик - это ужасный непоседа и спорщик. Он решителен, настойчив и бесстрашен, может изменить свое решение в последнюю минуту с точностью до наоборот, любит риск, приключения. Эдакий мистер Фикс - не знаешь, что от него ждать в следующую минуту, да и он сам этого не знает в силу своей импульсивности.

Ежедневные проблемы:

- часто он настолько увлечен очередной своей идеей, что просто не слышит ваших указаний;
- задания бросается выполнять, недослушав до конца, все делает быстро, но небрежно, не замечая неточностей и ошибок;
- с трудом идет на компромисс, бывает вспыльчив и агрессивен не в меру;
- излишняя самостоятельность, любовь к риску и склонность к необдуманным поступкам может привести к неприятным приключениям;
- холерик очень общителен, но легко может поссориться со всем коллективом сразу и с каждым по отдельности. В начальной школе, когда авторитет взрослых силен, холерик, постоянно получающий замечания от учителей, легко может стать отверженным в детском коллективе;
- проблемы с общением в подростковом возрасте часто приводят к истерическим реакциям, угрозам суицида. К счастью, эти угрозы редко исполняются.

Ошибки родителей:

Жесткий контроль, ограничение активности, гневные требования следить за собой приводят только к нервозности и потере контакта с ребенком.

Рекомендации:

Занятия и увлечения. Главное - повернуть эту бешеную энергию в нужное русло. Холерикам особенно рекомендуется заниматься подвижными видами спорта - это даст выход стремлению к лидерству, тренировки научат контролировать свои движения, рассчитывать силы. Холерику необходимо много жизненного пространства, чаще бывайте с ним на природе и не забывайте о том, что, предоставленный сам себе, бесстрашный холерик может запросто попасть в неприятное приключение. Лучше уж исследуйте незнакомые места вместе с ним.

Чтобы компенсировать излишнюю торопливость и невнимательность, помогите ему осознать, что часто качество гораздо важнее скорости. Ваш девиз - лучше меньше, да лучше! Для укрепления тормозных процессов занимайтесь с ним конструированием, рисованием, ручным трудом, рукоделием. Помните, что вам придется постоянно следить за тем, чтобы он проверял свою работу и доделывал ее до конца. Старайтесь не раздражаться, если он отвлекается, и всячески поощряйте любое проявление старательности и терпения. Учите его проговаривать сначала вслух, потом про себя этапы работы и следовать своему плану.

Общение. Особенно важно научить его налаживать отношения в коллективе - вы ведь не можете быть рядом с ним постоянно. Побуждайте ребенка анализировать свое поведение, разбирайте с ним конфликтные ситуации, обсуждайте книги и фильмы, проговаривайте варианты верного поведения.

Самоконтролю поможет и элементарный счет про себя, и дыхательная гимнастика. Покажите ему способ выхода накопившихся эмоций - пусть колотит спортивную грушу, бросает в угол подушку: все лучше, чем срывать гнев на людях.

Его стремление быть первым тоже можно использовать в мирных целях. Дайте ему роль объясняющего, учителя, и у вас будет хороший шанс, играя на самолюбии лидера, приучить его быть более терпеливым и внимательным. Только не пускайте это на самотек - постоянно подчеркивайте, что взрослый, опытный человек умеет контролировать свои эмоции и учитывать интересы других людей.

Ребенок-холерик любит читать о героических подвигах и приключениях - восхищайтесь выдержкой, терпением и дальновидностью его любимых персонажей, покупайте книги, где герои побеждают именно за счет силы воли и умения ладить с окружающими людьми.

Ни в коем случае не стыдите его при всех, не ставьте в пример "хорошего мальчика Васю", это вызовет только злость.

Вы узнали в этом описании свое чадо?

Тогда наберитесь терпения и постарайтесь понять, что холерик и сам бы рад научиться держать себя в руках - помогите ему.

Известные холерики: А. В. Суворов, Петр I, А. С. Пушкин.