

*Broșura este realizată de Cristina Buja și publicată pe blogul personal
www.funparenting.ro .*

*În cazul în care preluați acest material pe alte bloguri/site-uri/grupuri vă rog să
precizați sursa.*



Cum să îți ajuți copilul
în funcție de temperamentul lui

Contact:
CRISTINA BUJA
buja.cristina@yahoo.com

Cristina Buja – Personal blog
www.funparenting.ro

Dacă înțelegem temperamentul copilului vom putea să anticipăm situațiile dificile, să prevenim evenimente stresante pentru el și să intervenim cât mai eficient atunci când altceva nu mai e de făcut.

COLERIC:

- dinamic
- agitat
- nerăbdător
- foarte impulsiv
- competitiv
- optimist
- independent
- spontan
- dominator
- cu abilități organizatorice
- se face remarcat ușor
- trece cu ușurință de la o stare la alta
- îi place să fie mereu ocupat
- ușor irascibil
- uneori agresiv
- critic la adresa celorlalți
- împrăștiat
- nu știe cum să își conserve energia
- impulsiv
- vrea să fie la conducere

Cum poți să ajuți un copil predominant SANGVINIC?

- implică-l în activități care să îl țină mereu ocupat, cât mai variate, să îi placă, să îl provoace și să îl ajute să își consume energia (sportul este recomandat)
- stabilește reguli clare fiindcă are nevoie de un cadru bine delimitat
- fii afectuos cu el
- ține-l de mână, îmbrățișează-l (copilul sangvinic are nevoie de contact fizic)
- când vrei să îi atragi atenția apropie-te de el și stabilește contact vizual
- învață-l să asculte activ și să conștientizeze efectele pe care le au vorbele lui
- dezvoltă-i empatie față de ceilalți (adesea este atât de preocupat să primească atenție încât devine egocentric)
- comunică mult cu el, despre ce îi place și ce nu, despre ce îi place ție și ce nu
- ajută-l să ducă la bun sfârșit activitatea și încurajează-l să rezolve definitiv problema.

Cum poți să ajuți un copil predominant COLERIC?

- încurajează-l să facă un sport pentru a învăța ce este disciplina
- este util și să își canalizeze energia și pentru asta are nevoie să se joace și să alerge mult
- rezervați timp, de preferat în fiecare zi pentru activități liniștite (citit, puzzle, jocuri de masă).
- stabiliți împreună un program constant și variat
- pune-i limite clare și fii ferm pentru că el va tinde să le neglijeze dorind să se impună
- este important să îi oferi sfaturi clare
- fii atent la sentimentele lui și încearcă să empatizezi cât mai mult
- are nevoie să i se creeze motivații puternice pentru învățatură
- învață-l să-și respecte prietenii și colegii și să fie atent la nevoile lor pentru a renunța la acțiunile care le produc suferință
- subliniază-i învățămintele dintr-o situație de eșec

SANGVINIC:

- sociabil
- mereu bine dispus
- spontan
- cu imaginație
- curios
- plin de energie
- hotărât în ceea ce face
- aflat în centrul atenției
- comunicativ
- capacitate de decizie rapidă
- se plictisește rapid
- ambițios
- învață repede
- este ușor de influențat
- vrea să fie pe placut tuturor
- să fie recunoscut ca un lider
- îi este frică să nu fie ignorant
- fuge de situații dificile
- dificultăți în a-și stabili obiective
- înfloreste poveștile pentru a-i atrage pe ceilalți

FLEGMATIC:

- calm
- liniștit
- amabil
- evită conflictele
- cooperează ușor
- îi place ordinea și curățenia
- organizat
- meticulos
- sensibil
- lent în reacții și îndeplinirea sarcinilor.
- lipsit de inițiativă și entuziasm
- nehotărât
- puțin sociabil
- nu comunică
- nu știe să își exprime nevoile
- se adaptează greu la situații noi
- fără inițiativă
- nu-și asumă responsabilități

Cum poți să ajuți un copil predominant FLEGMATIC?

- încurajează-l să își exprime sentimentele chiar și atunci când îi este greu să o facă
- laudă-i grija pentru cei aflați la nevoie și modul în care se poartă cu ei
- susține-l când este interesat de ceva nou și ajută-l să se mobilizeze
- arată-i încredere
- dezvoltă-i inițiativa
- învață-l să își asume responsabilități oferindu-i sarcini încă de mic
- oferă-i provocări realiste
- ajută-l să înțeleagă beneficiile activității, pentru că riscă să devină leneș și nemotivat

MELANCOLIC:

- sensibil
- serios
- simț al responsabilității dezvoltat
- perseverant
- conștiincios
- ordonat
- exigent cu el însuși
- sânguincios
- timid
- comunică cu greutate
- individualist
- visitor
- retras
- inclinat spre artă
- neîncrezător în forțele proprii
- nu rezistă la stări tensionale
- se supără repede
- se adaptează cu greutate situațiilor noi
- tendință de a deveni pesimist
- cu complexe de inferioritate
- predispus de presiilor și anxietății.

Cum poți să ajuți un copil predominant MELANCOLIC?

- susține-l în tot ceea ce face (copilul melancolic este ușor de influențat, așa că atitudinea părintelui îl poate ajuta să capete încredere în el și să depășească temerile)
- implică-l în activități sociale
- stimulează-l să lucreze în echipă
- încurajează-l să își facă prieteni
- implică-l în activități artistice care să-l stimuleze
- provoacă-l la discuții pentru a învăța să comunice
- dă-i responsabilități
- prezintă-i programul (are nevoie de fiecare dată să știe unde mergeți, cât stați, ce o să facă)
- învață-l să tolereze imperfecțiunea, fiindcă el vrea ca totul să fie "la dungă" și asta este imposibil
- la vârste mici ajută-l să aleagă între două variante simple pentru a deveni mai încrezător și a învăța cum să-și exprime nevoile și dorințele

Materialul complet îl găsiți aici:

<http://www.funparenting.ro/cum-sa-iti-ajuti-copilul-in-functie-de-temperamentul-lui/>