

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ЧУТЛИВОСТІ ДІЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

Олександр КОЧЕРГА, заступник директора Інституту післядипломної педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат психологічних наук, доцент

Як важливо отримувати задоволення від того, що робиш. Це бажанняожної людини незалежно від віку. Не є винятком у цьому й очікування та бажання учнів початкової школи. Тисячі дівчаток і хлопчиків щороку вперше переступають поріг навчального закладу, з трепетом очікуючи зустрічі зі школою, вчителем, однокласниками.

Урок залишається лідером серед форм роботи в початковій школі, тому від комфортних умов роботи під час уроку залежить і його ефективність. Відчуття перебування на уроці в учня залежить від багатьох факторів, серед яких провідна роль належить урахуванню особливостей темпераментних характеристик діяльності учня. Тому з метою профілактики перенавантажень у навчальній діяльності, страхів і неврозів у дитини вчителеві важливо мати уявлення про кожну з психодинамічних властивостей особистості. Це допоможе краще організувати виховну, індивідуальну роботу, дотримуючи ритмів психофізіологічної діяльності організму дитини.

Отже, мова піде про темперамент учня. Темперамент — це вияв індивідуальних особливостей дітей у реакції на різноманітні подразники та досвід, індивідуальні відмінності у виконанні рутинних щоденних видів діяльності (приймання їжі, сон, дослідження предметів тощо). Темперамент передбачає генетичні відмінності серед дітей. Російський психолог

Л. Виготський зазначав, що розвиток дитини — це процес взаємодії, що має різний характер: між дитиною і світом, між дитиною і батьками, між дитиною і вчителем, між дитиною та одноліткам.

Успіх розвитку дитини залежить від адекватності сподівання родини та вимог суспільства. Коли сподівання і вимоги відповідають темпераменту дитини, вона успішно розвивається, реалізуючи свої творчі здібності. Якщо сподівання й вимоги, що ставляться до дитини, надмірні, дитина переживає стрес, гальмуєчи свої здібності. А це може зашкодити нормальному психофізичному розвиткові дитини, блокувати її талант, знижувати чутливість її психофізіологічних систем, що призводить до «розмитості» образів сприймання та створює передумови ілюзорного світосприймання. Ось чому педагогу потрібно розуміти сутність характеристик темпераменту кожного учня, щоб запобігти

негативному ставленню дитини до навчальної діяльності та створити оптимальні комфорльні умови для учнів під час перебування їх у школі. Позитивне ставлення учнів до школи — найпотужніший мотиватор для їх успішного навчання.

Наведемо короткі описи найхарактерніших особливостей дитини того чи іншого типу темпераменту та основні принципи індивідуальної виховної роботи на рівні підтримки її творчих здібностей для розкриття природних задатків.

Сангвінік: веселий, життєрадісний, енергійний, діловий (проте часто не доводить справу до кінця), схильний переоцінювати себе; здібний, буває непостійним в інтересах і схильностях; легко переживає невдачі й неприємності; без труднощів пристосовується до різних обставин; із захопленням береться за будь-яку нову справу, але так само швидко втрачає інтерес, якщо справа не цікава; швидко включається в роботу і переключається на інше завдання; у роботі витривалий, працездатний, комунікативний; мова голосна, швидка, чітка; жести та міміка виразні; не втрачає витримки в кризових ситуаціях; часто буває незібраним, поспішним у рішеннях, нерідко відривається від справи, поспішає з висновками.

Працюючи з дітьми-сангвініками, слід давати вихід їхній енергії, стимулювати розкриття можливостей і здібностей у суспільно корисній праці, раціональному напрямі. Важливо виявляти довіру до сангвініка, не вдаючись до жорсткого контролю, підтримувати його корисну ініціативу та починання, закріплювати віру у власні сили в подоланні труднощів. Дитина має відчувати підтримку як у діях (просить допомогти щось зробити — варто відгукнутись), так і словах (позитивне словесне схвалювання не повинно викликати страх «перехвалити»).

Не варто давати дитині доручення, пов'язані з тривалою монотонною діяльністю, інакше це призведе до невдач і негативних емоцій, що можуть перерости в почуття невдахи, який нездатний досягти успіху. Потрібно враховувати її особисті інтереси, схильності, потреби і проблеми, розуміючи їх тимчасовий характер. Допомогу сангвінікові краще надати у формі відкритої дружньої підтримки, поради, побажання, а не моралізаторської настанови або повчання.

Доцільно використовувати лідерські тенденції

дитини в колективі, залучати її до організації вечорів, КВК, вікторин, змагань та інших суспільно корисних заходів. У режимі сприяння необхідно уважно стежити за тим, як формується самооцінка учня-сангвініка та вміло коригувати процес його становлення.

Літературні джерела та суспільна думка свідчать про те, що діти із сангвінічним темпераментом легко пристосовуються до будь-яких вимог дорослих, колективів, установ. З дітьми-сангвініками, як правило, найменше проблем, тому неуважність батьків і педагогів може дорого обійтися вихованцям. Про це слід завжди пам'ятати.

Небезпека полягає в тому, що діти-сангвініки намагаються займатися тільки легкою, приемною й цікавою для них діяльністю й уникати складного, неприємного, нецікавого. Тому необхідно з раннього віку виховувати в них стійкий інтерес (уважно розглядати, слухати, робити, усвідомлюючи послідовність і чіткість у виконанні дій), терпіння (вміння кілька разів повторити дію та залишитись урівноваженим), цілеспрямованість, звичку сумлінно виконувати і завжди завершувати розпочату справу, глибоко вникати в суть кожного питання та розуміти кінцеву мету. А ця робота досить копітка й потребує від педагогів і батьків зусиль та системної роботи.

Компромісність, оптимізм, життерадісність, товариськість сангвініка за неправильного виховання або неконтрольованості можуть стати джерелом таких негативних рис характеру, як легковажність, поверховість, непостійність, егоїзм.

Холерик: непосидючий, запальний, нестримний, нетерплячий, прямолінійний, рішучий, ініціативний (упертий, але винахідливий у суперечках, змаганні); працює ривками, схильний до ризику, незлопам'ятний, легко переживає образу; мова швидка, пристрасна, нерівна; має схильність до конфліктності (агресивний, забіяка), нетерплячий до недоліків інших; міміка виразна, дії швидкі, імпульсивні, рухи різкі, динамічні, характеризується нестійкістю та змінами настрою, невтомним прагненням до нового.

У роботі з дітьми-холериками необхідно покладатися на позитивний авторитет дорослого (зайва поспішність, різкість, категоричність, непослідовність, надмірна впертість — неприпустимі), цілеспрямованість педагогічних впливів (братися за щось одне, а не за все одразу, показати власним прикладом дію «системного підходу»). Потрібно виявляти зацікавлене розуміння душевного стану учня, дізнаватися, як налаштована дитина, в якому настрої вона перебуває. Важливо тактовно, опосередковано завбачувати «зриви» дитини. Виконання неспо-

діваних кардинальних рішень треба переносити на більш тривалий час, а вимоги мають бути «м'якими» та ретельно продуманими і зваженими. Слід враховувати мотиви і зовнішні обставини, які є наявними або прихованими, здійсненими учників. Ми повинні любити дитину не за конкретний вчинок, а за те, що вона дитина. А своє невдоволення висловлювати конкретно, з достатньою аргументацією, яка зrozуміла дитині і не є абстрактною.

Таких дітей треба залучати до активної діяльності, пов'язаної з виявом їх ініціативи, уникати різких емоційних реакцій учня. Краще впливати на холерика опосередковано, через колектив. Зайнятість дитини корисною справою сприяє розвитку її позитивних особистісних якостей, запобіганню негативним впливам, згладженням гострих кутів. Діти-холерики потребують тактовної допомоги та співчуття при будь-яких проблемних ситуаціях. Складні навчальні завдання варто проговорювати та спрямувати учня на складання плану дій з їх розв'язання.

Холерики найчастіше викликають негативне ставлення до них з боку дорослих своєю невтомністю, енергійністю, схильністю до ризику, впертістю, пустотливістю, задерикуватістю, нетерплячістю й високою конфліктністю, стаючи причиною биття посуду, бійок з однолітками, травм та ін. Дитину важливо виховувати доброю, співчутливою, турботливою, оскільки цей тип дуже схильний до агресивності. Її потрібно вчити ввічливості, вміння стримувати емоції, хоча іноді необхідно їх активізувати (наприклад, у спортивних змаганнях), щоб зняти напруження й зменшити агресію, застосовуючи не стільки пояснення, як «програвання» можливих ситуацій (система адаптованих ділових ігор для дітей).

Використовуючи цікаві для дитини види діяльності, треба поступово формувати посидючість, наполегливість, сумлінність, ретельність і точність у виконанні завдань. Організовувати життя дитини слід так, щоб вона не надто збуджувалася, практикуючи ігри (наприклад, прогулянки на свіжому повітрі) та інші цікаві для неї заняття, які сприяли б закріпленню в її нервовій системі процесів гальмування.

Дорослі мають з розумінням ставитися до «зривів» у поведінці холериків, не принижувати їх гідності, формувати в них адекватну самооцінку, висловлювати своє невдоволення спокійно: «А мені твій вчинок не сподобався, ти, мабуть, його не продумав. Коли будеш готовий його обговорити — підійдеш і ми разом поміркуємо, що робити далі». Тон розмови має бути стриманим і не давати приводу для виникнення суперечки.

Копітка виховна робота з дітьми-холериками

в дошкільному віці сприятиме легкій адаптації до вимог школи та якісному засвоєнню навчального матеріалу. При вступі до дошкільного закладу або школи саме холерики потребують спеціальної психологічної підготовки щодо виконання вимог і правил спілкування з дітьми та дорослими. Корисно записати холерика до спортивної секції, де він зможе «дати вихід» своєї енергії. Позитивний вплив мають східні системи фізичного вдосконалення, де виховання зосередженості відіграє ключову роль.

Застосування фізичних покарань, окрім (особливо моральні приниження при ровесниках) вкрай неефективні й шкідливі для здоров'я холериків, оскільки вони розхитують нервову систему дитини, у якої процеси збудження домінують над процесами гальмування. У результаті досягається ефект, протилежний бажаному. Якщо холерик неякісно виконав роботу, його не можна сварити, карати, а треба пояснити, чому так не можна, і вимагати повторного сумлінного виконання. Якщо така дитина когось образила, слід без покарань і нотацій навчити її вибачитися, допомогти зробити для цієї людини щось добре, обговорити, як наступного разу вчинити в аналогічній ситуації. Щоб холерики після завершення роботи не заважали на уроці іншим учням, учителеві необхідно завжди мати для них кілька цікавих додаткових завдань, але пропонувати їх можна тільки в разі якісного виконання дитиною основної роботи (може бути використаний додатковий зошит). Зрозуміло, що вчитель хоче, щоб учень охайно писав, але темпераменту дитини-холерика при цьому не враховує. Отже, з боку педагога має бути розуміння, що це досить тривалий і не завжди досяжний результат. Тому багатогодинні переписування завдань зумовлюватимуть більше негативний, ніж позитивний вплив. Будь-який успіх учня треба підтримувати, акцентуючи увагу на його сильних якостях, а в разі потреби аналізувати упущення та помилки.

Перебування двох холериків за однією партою, тобто на одній території, може бути іноді корисним, але не завжди доцільним, адже до кожного конкретного випадку необхідно підходити індивідуально. Оптимальне сусідство — холерик і сангвінік. За вмілого керівництва вчителем роботою класу присутність сангвініка заспокійливо діє на холерика, а холерик не заважає сангвініку.

Флегматик: сильний, урівноважений, інертний, спокійний, стриманий, послідовний, обережний, розсудливий, мовчазний; мовлення спокійне, рівномірне, з паузами і без виразних емоцій, міміки, жестикуляцій; наполегливий, терплячий, доводить почату справу до кінця, не витрачає сил даремно; чітко дотримує розпо-

рядку й системи в роботі, легко стримує пориви, не піддається на провокації; малочутливий до похвал або дорікань, незлобивий; відзначається постійністю в своїх інтересах і стосунках, але повільно включається в роботу та переключається з однієї справи на іншу; рівний до всіх у міжособистісних контактах; любить порядок, але важко пристосовується до нових обставин, володіє неабиякою витримкою.

У роботі з флегматиком слід використовувати завбачливі настанови на будь-яку діяльність, яку йому потрібно виконати, здійснювати детальний інструктаж. Доцільно стимулювати вияв щиріх почуттів учня, заохочувати його до цікавої діяльності, що викликає позитивні емоції, зміцнює віру у власні сили. Потрібно довіряти учневі, дати йому можливість виявити себе в реальній справі і в посильній допомозі іншим. Варто уникати демонстративних доручень, пов'язаних з високим темпом діяльності. За необхідності дитині потрібно надавати допомогу в аутотренінгу та самовихованні. Терпіння, тактовне нагадування, вміння очікувати необхідного результату — усе це має стати головною тактикою дорослого щодо дітей-флематиків.

Діти-флематики найнезахищенніші, шалені ритми сучасного життя для них незрозумілі, логічно не обґрутовані, надзвичайно виснажливі й здатні зламувати природний ритм їх діяльності. Саме такі діти найбільше ризикують втратити свою індивідуальність в оточенні дорослих холериків і сангвініків (яких близько 2/3 всієї людської популяції). Дорослі позитивно реагують на вміння флематиків тривалий час самостійно займатися якоюсь справою, не турбуючи дорослих, на неконфліктність, поступливість, розсудливість цих дітей. Проте варто дитині-флематику розпочати діяльність, продиктовану повсякденною необхідністю (істи, вдягатися, мити посуд, готовувати уроки), як дорослі з іншим темпераментом (переважно холерики або сангвініки) нерідко доходять до найвищої стадії роздратування, а це, в свою чергу, є згубним для дитини-флематика, штовхає її до усамітнення та створення власного світу як захисту від дорослої агресивності, нетерплячості та небажання прийняти її такою, як вона є. Тому стриманість, тактовність, вміння очікувати та віра в можливості дитини є єдиним шляхом до її серця.

Неправильний підхід до організації виховання і навчання флематика — це звинувачення його в тупості, некмітливості, постійні спонукання, покарання за повільність. Наслідки такого ставлення здебільшого трагічні: у дитини виникають неврози, вона починає поспіхом виконувати діручення, але неякісно, несумлінно, формується комплекс меншовартості, пов'язаний з постій-

ними невдачами. У результаті вона не розкриває себе як особистість, не реалізує власних творчих можливостей мислення, почуттів та уяви.

За сприятливих умов дитинства флегматикам вдається розвиватися, зберігаючи всі позитивні риси темпераменту, а суспільство отримує сумлінних, серйозних, пунктуальних, захоплених улюбленою справою людей — видатних учених, вдумливих письменників, професійних робітників.

Правильний підхід до виховання дитини-флегматика передбачає створення сприятливих умов для її фізичного, духовного й інтелектуального розвитку. Наукові дослідження свідчать, що флегматики не витримують значних фізичних навантажень, якщо змушені виконувати їх у швидкому темпі. З огляду на це, вправи ранкової гімнастики і вправи на уроках фізкультури в школі флегматики мають виконувати в дещо сповільненному темпі, адже для них вирішальним показником є не темп, а якість виконання дій.

Флематики не виявляють бурхливо своїх почуттів, проте це не свідчить про їхню холодність. Насправді, почуття цих дітей глибокі й постійні. Вони болісно переживають несправедливість, зазіхання на їхні права, розлучення з близькими людьми, бояться і не люблять змін, нестабільності. Флематики здатні повністю ігнорувати вимоги неавторитетної для них особи, оскільки авторитет особи дорослого для них є вирішальним. З огляду на це батькам, вихователям, учителям під час спілкування з флематиками потрібно зважувати кожне слово, кожну дію, щоб не втратити авторитет в очах дітей, намагатися створити повну взаємну довіру в стосунках, щоб дитина не замикалася в собі.

Для правильного виховання й розвитку дітей-флематиків необхідно створювати дещо тепличну атмосферу, в якій не повинно бути поспішності, нетерплячості. З раннього віку перед такою дитиною слід розкривати широкий спектр наук і занять, що допоможе зробити її допитливою. Під час читання художніх творів, у процесі гри, на життєвих прикладах необхідно ознайомлювати дитину з різними почуттями та емоціями, навчати правильно виявляти їх у відповідних ситуаціях: співчувати, жаліти, радіти тощо.

Щоб дитина виросла ініціативною, дорослі мають вітати кожний крок її самостійності, непомітно допомагати у складних справах, не дратуватися млявістю, не прискорювати штучно дії дитини. З флематиками корисно часто грati в нетривалі за часом ігри, що потребують швидких і точних рухів, кмітливості. Щоб ровесники не насміхалися над невдалими спробами дитини, доцільно допомогти їй заздалегідь тренуватися.

Дорослим доводиться докладати зусиль, щоб допомогти флематикові ввійти в дитячий колектив, виявити себе в ньому як особистість, здобути авторитет, знайти друзів. З дитиною необхідно проводити спеціальні ігри, розвиваючи її мислення, почуття, уяву. Флематика потрібно навчити правильно переключати увагу під час виконання завдань і раціонально розподіляти час, тому важливо дотримувати певного режиму, виробляючи свідоме ставлення до нього.

Спроби прискорювати дії дітей-флематиків є небезпечними для їх психофізичного здоров'я, а отже, малоекективні. Вони стомлюються від тривалого спілкування, перебування в багатолюдних гамірних колективах, і втому ця, як відомо, має фізіологічну основу. Намагання флематика періодично усамітнюватися є своєрідною захисною реакцією організму, тому під час шкільної перерви дитина має природний потяг до усамітнення від однокласників.

Позбавлення дитини можливості чергувати періоди спілкування з людьми з тривалими перепочинками на самоті або в товаристві близького друга поступово призведе до розладу її нервової системи. Всілякі перегони й змагання швидко їх стомлюють і перестають цікавити. Єдине, що може прискорити діяльність цих дітей, — формування в них стійких автоматичних навичок. Підготовка до школи дитини-флематика може розпочатися раніше (у 4 – 5 років), щоб уникнути відставання в першому класі. Це ігрова форма навчання лічити, ознайомлення з літерами, за бажанням дитини її можна вчити читати. Важливо активно розвивати дрібну моторику руки: складання мозаїк, ліплення, малювання, розфарбування, заштрихування, робота з конструктором, фізичні вправи для руки. На шостому році потрібно активно читати дитині, вчити переказувати, розвивати її уяву. Таким чином до 7 років у неї виробляться необхідні навички. Аналогічно треба підходити й до формування всіх інших умінь. Разом з тим слід пам'ятати, що навіть доросла людина-флематик пише приблизно в 2 – 3 рази повільніше від холерика і сангвініка тієї ж вікової групи. Доведення до автоматизму навичок прискорить виконання флематиком тієї чи іншої роботи, але повністю не зніме проблему «загальмованості». Тому дорослим треба стримуватись і не виявляти свого явного нетерпіння в очікуванні результатів діяльності дитини.

Від флематика не можна вимагати миттєвої відповіді на запитання, швидкого переключення на інший вид діяльності. Дітям із яскраво виявленім флематичним темпераментом доцільно давати в двічі-втрічі менші за обсягом домашні завдання, вимагаючи їх якісного виконання. У класі такому учневі можна дозволяти виконува-

ти не всі завдання (але це не повинно впливати на зниження бала оцінювання) або збільшити час на їх виконання.

Бажано всіх дітей-флегматиків, які не встигають працювати в одному темпі з класом, посадити разом за перші три парті в одному ряду. Це зручніше для вчителя і спокійніше для самих дітей. Сусідство флегматиків і холериків за однією партою недоцільне, тому що холерик надзвичайно стомлює і відвертає увагу дитини, у якої переважають гальмівні процеси.

Флегматики здебільшого не люблять тривалих громадських доручень, пов'язаних з активною діяльністю й спілкуванням з багатьма особами. Вони можуть бути непоганими керівниками, що залежить від багатьох факторів. Практика свідчить, що флегматик може прекрасно виконувати роль старости неагресивного інтелектуального класного колективу, бути бібліотекарем класної бібліотечки, керувати і займатися шефською роботою. Дорослим важливо не забувати, що ця дитина не здатна швидко зорієнтуватися, тому всі справи їй потрібно доручати заздалегідь.

Початок дня флегматика має бути детально спланований дорослим. Ранок має початися на 30-50 хвилин раніше від сангвініка, щоб дитина мала час прокинутись, а отже, на стільки ж раніше заснути, аби вчасно прийти до школи. Слід із вечора готувати всі потрібні на завтра речі, бо флегматики — це люди, які не зможуть зібратися швидко, навіть за найбільшого бажання і за найбільшої необхідності. Гімнастичні вправи їм доцільно виконувати не вранці, а в другій половині дня. По-перше, вони поглинають вранішній час, коли дитина і так «нічого не встигає», а по-друге, флегматиків фізичні вправи часто не стимулюють, а стомлюють, викликаючи сонливість і бажання після інтенсивної зарядки знову лягти у ліжко.

Флегматики більше, ніж холерики, обмежені у виборі професії. Робота, що потребує швидких реакцій, постійного збудження, для них не бажана і може завдати шкоди здоров'ю.

Меланхолік: лабільний, неврівноважений, сором'язливий, ніяковіс, губиться в нових умовах; важко буде контакти з іншими; не вірить у свої сили; легко переносить самотність, буває розгубленним та пригніченим, схильний до вразливості, сльозливий, швидко стомлюється, має тихий голос, пристосовується до характеру співрозмовника, дуже вразливий до схвалення та осуду, вимогливий до себе та оточуючих; підозріливий та недовірливий, легко ображаеться, хворобливо чутливий, замкнений, неконтактний, боязкий, покірний, прагне викликати співчуття та допомогу оточення.

У роботі з меланхоліком потрібно приділя-

ти увагу, турботу, бути доброзичливим. Головні особливості цих дітей: ляклівість, нерішучість, бачення подій у темних тонах. Цих рис характеру важко позбутися. Покарання, демонстрування дорослими постійного невдоволення тільки поглиблюють їх, розладнюючи надзвичайно чутливу нервову систему меланхоліків. Правильний виховний підхід полягає в тому, що дорослий виявляє співчуття і розуміння душевного стану дитини, тактовно, глибоко й зацікавлено проникає в її духовний світ, надає моральну підтримку і зміцнює віру у власні сили.

Періодично необхідно переключати переживання меланхоліка в русло переживань групи (колективу). Виховувати волю, наполегливість і почуття власної цінності в колективі. Через певний проміжок часу треба організовувати для нього « ситуацію успіху ». Уважно стежачи за настроєм та інтересами меланхоліка, варто заохочувати його до занять у гуртках, секціях тощо, з урахуванням його намірів, звичок і проблем.

Діти-меланхоліки, як правило, сором'язливи. Батьки і вчителі дитини не повинні зважати на реакцію оточення («що скажуть?!»), а винятково на психологічний стан дитини. Соромлячи і караючи дитину, можна розвинути сором'язливість до рівня психічного захворювання. Отже, від дорослих дитина очікує дійової і моральної підтримки, а не глузувань і менторських зауважень. Дитині слід пояснити, що соромитися — це нормальна реакція, якої не потрібно лякатися, і в кожній конкретній ситуації допомагати їй знайти спосіб оволодіти собою. Якщо дитина соромиться спілкуватися з гостями, їй можна доручити рознести серветки, тарілки, виделки тощо, у класі запропонувати роздати зошити, допомогти повісити плакат на дошку, віднести якийсь предмет.

Діяльність допоможе меланхоліку подолати неприємні відчуття. Спілкування відбудеться, але зміщення акценту допоможе поступово зовсім нейтралізувати надмірну сором'язливість як рису характеру. Нову інформацію меланхоліки здатні засвоювати швидко або повільно — це залежить від обставин. Інформацію учніві треба подавати дозованими порціями. У спокійній, доброзичливій атмосфері нові відомості засвоюються дітьми швидко й надовго. Темп має бути помірним, неспішним, варто повторювати основні моменти, цікавитись, чи всі встигли, що необхідно уточнити, можливо, самому підійти до дитини і переконатися, чи вона встигає. Тому створення сприятливих умов навчання і виховання дитини є ключовою проблемою в роботі з меланхоліком. Таку дитину швидко стомлює будь-яка діяльність, навіть легка і приемна. Пам'ятаймо про тембр, висоту голосу, переключення уваги, насиченість уроку різними тех-

нічними засобами, ілюстративним матеріалом. Як наслідок меланхолік виконує кожну роботу приблизно вдвічі повільніше за сангвініка. Проте важливо не те, скільки дитина записала в зошиті, а як вона це зробила, адже норми встановлюють люди, досить часто не враховуючи психофізіологічних можливостей дитини. Допомогти учніві в цьому можна, застосовуючи методичні прийоми роботи з флегматиками. Меланхоліка потрібно змалку навчити планувати свою діяльність, розумно розподіляти час і збалансовувати добову й тижневу тривалість праці й відпочинку, інакше можливе нервове й фізичне виснаження організму на ґрунті хронічної перевтоми або формування відрази до праці, апатія. У таких дітей досить часто можуть розвиватися неврози, комплекси невдахи, ізгоя.

Американські психологи Стела Чес та Александр Томас у книжці «Ваша дитина — особистість» розшифровують індивідуальні особливості дітей, на які варто звертати увагу, щоб не блокувати роботу творчих здібностей дитини. Характерно, що вони пов'язані саме з темпераментом дитини.

Саморегуляція. Деякі діти народжуються з чітко вираженим внутрішнім ритмом: вони знають, коли голодні або втомились, коли їм потрібно до туалету тощо. Все, що потрібно від дорослих, — це своєчасно задовольнити їхні потреби. Такі діти вміють «слухати себе», відчувають власну самодостатність, що спирається на гармонію дій. Але є інші діти, які, очевидно, не володіють чітким механізмом саморегуляції. Вони не мають ані найменшого уявлення про те, коли зголодніли або втомились, а коли це стається, реагують істерикою.

Чуттєвий поріг. Поріг відчуттів у різних дітей має свої особливості, тобто чутливість дитини може виявлятися в різних діапазонах, що є принциповим для її успішного навчання в школі. Деякі діти надзвичайно чутливі до сили звуків, температури, світла, запахів, смаку. Дуже сильні подразники призводять до того, що діти стають дратівлівими. Інші діти чудово почиваються при дії таких самих подразників. Учителеві і психологу треба стежити за дотриманням норм гігієни навчання дітей, визначених положеннями санепідемстанції (норми освітлення, шуму, повітряний режим тощо).

Рівень активності. Це дуже важливий показник, який тісно пов'язаний з рівнем дії енергопотенціалу дитини. Усі діти досить активні порівняно з дорослими, але вони відрізняються рівнем активності між собою. Деякі з них подібні до «вихору», тим часом як інші — менш рухливі, вони віддають перевагу таким видам діяльності, як малювання, слухання казок тощо.

Рівень пристосуваності. Ця особливість важлива для успішного включення дитини в навчальний процес. Деякі діти легко адаптуються до нових ситуацій і легко вступають у контакт з чужими, незнайомими людьми. Іншим дітям потрібно більше часу для того, щоб вони «роздкрилися» в нових ситуаціях, під час зустрічі з незнайомими людьми. Отже, процес набуття дитиною статусу учня може затягнутись на певний час.

Гнучкість. Ця риса є необхідною умовою продуктивної діяльності дитини в процесі навчання. Деято з дітей легко переходить від домашньої обстановки або обстановки дитячого садка до шкільного життя, інші — відчувають труднощі під час такого переходу.

Наполегливість. Ця індивідуальна особливість дитини здебільшого допомагає їй досягати вагомих результатів у навчанні. Одні діти можуть працювати над проблемою або проектом з великою концентрацією сил та уваги і негативно реагують, коли їх просять припинити це, інші з легкістю полишають своє заняття і можуть переходити до іншого, не закінчивши попереднього.

Неуважність. Можна впевнено сказати, що саме ця особливість у навчальній діяльності дитини найбільш руйнує її успіхи. Тому вчителеві слід пам'ятати, що діти, для яких характерна неуважність, легко відриваються від своїх занять і їх важко переключити на інший вид діяльності.

Інтенсивність. Індивідуальна особливість дітей, яка безпосередньо пов'язана з силою їхнього енергопотенціалу. Одні діти роблять все з великою затратою фізичних і душевних сил, тим часом як інші не докладають великих зусиль при виконанні тих самих завдань.

Світосприйняття. Серед дітей є чимало таких, які з оптимізмом і легкістю дивляться на навколошній світ, але є й такі, які сприймають його більш відповідально, серйозно, проте вони дещо тривожні. З упевненістю можна сказати, що підґрунтам того чи іншого світосприйняття дитини є сприйнята нею модель її стосунків з батьками.

Урахування педагогом у навчальному процесі темпераменту, індивідуальних і психологочних особливостей дітей допоможе успішному засвоєнню ними навчальної програми, а процес учіння стане більш комфортним і природним. Пам'ятаемо про це кожного дня, виявляючи до учнів любов та розуміння їх внутрішнього світу. І нагородою для кожного з нас стане відкриття здібностей наших вихованців та їх вдячність за наше терпіння й підтримку.