

Nosaki sava bērna temperamentu

1. Kāds parasti ir tavs bērns?

- A. Dzīvīgs, optimistisks, sabiedriska, runīgs, ar vēlmi būt līderis;
- B. Mierīgs, prātīgs, miermīlīgs, atturīgs;
- C. Enerģisks, nenogurdināms, ātri uzbudinās;
- D. Pesimistisks, spītīgs, neizlēmīgs, ātri apvainojas.

2. Kādas emocijas bērns pauž visbiežāk?

- A. Izbrīnu un prieku;
- B. Vētraini emocijas neizrāda, pozitīvs, mierīgs;
- C. Dusmas un naidu;
- D. Skumjas un apjukumu.

3. Kā bērns reaģē, kad viņš tiek sodīts?

- A. Ātri visu piedod;
- B. Bez emocijām, it kā to nemaz nepamanītu;
- C. No pilnīga miera līdz vētrainai reakcijai;
- D. Noslēdzas sevī, ilgi tur aizvainojumu.

4. Kā bērns uzvedas jaunās situācijās?

- A. Izrāda pozitīvu ziņkāri;
- B. Saglabā mieru un vienaldzību;
- C. Mēģina pretoties un nevēlas mēģināt neko jaunu;
- D. Mēģina izvairīties no jebkuras jaunas situācijas.

5. Kādām spēlēm bērns dod priekšroku?

- A. Jebkādām, galvenais, lai viņam ir interesanti;
- B. Mierīgām;
- C. Skaļām, azartiskām, kustīgām;
- D. Jebkādām, galvenais, lai mamma blakus.

6. Vai viņš ir sabiedriska?

- A. Jā, bērnam patīk bērnu un pieaugušo sabiedrība;
- B. Dod priekšroku vienatnei vai labi pazīstamiem cilvēkiem;
- C. Jā, bet tikai ar savējie cilvēki;
- D. Nē, viņam patīk vienatne.

7. Kā bērns uzvedas, esot kopā ar vienaudžiem?

- A. Viņš ir kompānijas dvēsele, līderis;
- B. Nav līderis, bet ir autoritāte saviem draugiem;
- C. Vienaudži pret viņu izturas dažādi, bet viņš pats sevi uzskata par līderi;
- D. Bērnu kompānijā viņš nav līderis.

8. Kā bērns apgūst kaut ko jaunu?

- A. Ātri un viegli;
- B. Lēni un pamatīgi;
- C. Ātri apgūst un ātri aizmirst;
- D. Viss atkarīgs no apstākļiem.

9. Cik ātri bērns uztver priekšā lasītu tekstu?

- A. Viegli un ātri uztver visu kopumā, ilgi atceras;
- B. Lēni, bet labi atceras;
- C. Uztver ātri, atceras detaļas, ātri visu aizmirst;
- D. Biežāk labi atceras tieši detaļas.

10. Cik ātri bērns nogurst?

- A. Atkarīgs no tā, ko dara. Kopumā vidējs noguruma līmenis.
- B. Ilgi nenogurst;
- C. Atkarīgs no emocijām. Biežāk noguruma līmenis ir augsts;
- D. Nogurst ātri.

11. Vai bērns viegli apgūst vecumam atbilstošas iemaņas?

- A. Viegli un bez grūtībām;
- B. Apgūst lēni un grūti, toties uz ilgu laiku;
- C. Viegli, bet dara tikai to, kas viņam ir interesanti;
- D. Ātri, bet negribīgi.

12. Kā bērns runā?

- A. Izteismīgi, daudz žestikulē;
- B. Lēni, bez emocijām;
- C. Ātri, emocionāli, norauj vārdiem galotnes;
- D. Izteismīgi, bet klusi un nepārliecināti.

13. Kādas kustības bērnam ir izteiktākas?

- A. Precīzas un ritmiskas;
- B. Lēnas un samākslotas;
- C. Trauksmainas un asas;
- D. Neprecīzas un nepārliecinātas.

14. Kādas ir bērna gulēšanas īpatnības?

- A. Viegli aizmieg, cieši guļ, ātri pamostas;
- B. Aizmieg ātri, bet no rīta nevar pamosties;
- C. Aizmieg ar grūtībām, guļ nemierīgi, pamostas ar svārstīgu garstāvokli.
- D. Ilgi taisās gulēt, ātri aizmieg, pamostas labā garstāvoklī, bet ilgi var būt miegains.

15. Kā bērnu iejutās skolā?

- A. Ātri un viegli;
- B. Lēni, jo baidījās no jaunās situācijas un pārmaiņām;
- C. Viegli pierada pie jaunās situācijas, bet ar grūtībām pielāgojās pieaugušo prasībām;
- D. Iejutās ar lielām grūtībām.

Rezultāti:

Ja vairums ir **A** atbilžu: izteiktākais ir **sangviniķa** temperamenta tips.

Ja vairums ir **B** atbilžu: izteiktākais ir **flegmatika** temperamenta tips.

Ja vairums ir **C** atbilžu: izteiktākais ir **holerika** temperamenta tips.

Ja vairums ir **D** atbilžu: izteiktākais ir **melanholika** tips.

Bērns - holerīķis

Izlēmīgs, enerģisks, aktīvs, ātri aizsvilstas un ātri nomierinās. Vecākiem ar šādi bērnu būt kopā ikdienā dažreiz ir nogurdinoši, jo mazuļi var sarīkot vētrainu scēnu jebkurā vietā. Vienlaikus viņi ir pašreizējīgi, uz draudzēšanos tendēti bērni, kas prot atrast kopīgu valodu ar citiem bērniem. Ātri aizraujas ar idejām un jauniem hobijiem. Šie bērni izrāda emocijas arī tad, ja vecāki māca, ka jābūt savaldīgiem. Vecāku atbildība ir mēģināt reaģēt mierīgi un nepadoties bērna emociju uzplūdiem. Toties vecāki var noteikt uzvedības robežas – bērns drīkst raudāt, bet raudāšana nedrīkst pāriet histēriskā tracī. Tas bērnam liks mācīties kontrolēt arī savu uzvedību.

Bērns – sangviniķis

Komunikabls, aktīvs un kustīgs, dzīvespriecīgs un labdabīgs, ar līdera iezīmēm. Šie bērni vienmēr ir kustībā, bet enerģijas tam ne vienmēr pietiek. Tāpēc brīžiem viņi sagurst. Sangviniķiem vajadzīgs režīms un kvalitatīvs nakts un dienas miegs. Skolā draudzīgs un jautrs. Dažreiz pat vieglprātīgs un bezrūpīgs.

Ja citi saka, ka tik aktīvs bērns nav normāli, neklausiet viņus. Tas ir bērna temperaments – nespēja nosēdēt mierā ne mirkli.

Bērns – flegmatīķis

Bērnībā ar tādiem ir vieglāk kā ar kustīgajiem, jo viņi ir mierīgi, pacietīgi, spēj ilgstoši koncentrēties vienam darbiņam. Dažiem mazajiem flegmatīķiem piemīt tendence vairāk redzēt negatīvo nekā pozitīvo. Šie bērni spēj saglabāt mieru arī sarežģītās situācijās. Viņus grūti izsist no emocionālā līdzsvara, bet, ja vecāki grib, lai bērns kustās un rīkojas ātrāk, tad ar kļūdzeniem tas nav panākams. Var novest skolotāju līdz izmisumam ir izteikti lēno un apdomāto rīcību.

Ja šādam bērna mammai ir cits temperaments, viņa var lekt vai gaisā, ja mazais no rīta negērbjas pietiekami ātri. Diemžēl vai par laimi, tur nekas nav maināms, jo jūs abi dzīvojat dažādos ritmos. Šoreiz jāpiekāpjas pieaugušajam, piemērojot dienas režīms lēnīgajam tempam, ierēķinot vairāk laika visām darbībām. Lielākiem bērniem var iemācīt pazīt pulksteni un dodiet laiku, kuru bērnam pašam jāiemācās plānot.

Bērns – melanholiķis

Maigs un jutīgs bērns, laipns un līdzjūtīgs. Emocionāli notikumi viņi spēcīgi un ilgstoši ietekmē, viņš par to var domāt dienām ilgi. Attiecības ar citiem bērniem veidojas grūti, jo bērns jūtas nesaprasts. Viņš necieš rupju attieksmi un paviršību attiecībās.

Vecākiem jāpievērš uzmanība tam, lai bērns nenoslēgtos.

Optimistiski noskaņotiem vecākiem skumīgs bērns dažreiz var kaitināt. Mudiniet melanholisko bērnu katru vakaru pastāstīt par to, kas viņu šodien ir iepriecinājis. Nestumiet ar varu draudzēties, ja redzat, ka viņš ir pārbijies. Labāk iesaistieties rotaļā kopīgi - ar mammu un tēti drošāk.

Sākumskolēnu temperamenta tipu izpausmju raksturojums

Sangvīniķis. Ļoti dzīvīgs, nemierīgs. Nevar nosēdēt mierīgi, kaut ko virpina rokās. Bieži ceļ roku, sarunājas ar sola biedru. uzņēmīgs, ātri aizraujas. emocionāli stāsta par saviem iespaidiem. Nodarbībās dzīvi reaģē uz visu jauno, interesanto. Aizrautība ne vienmēr ir noturīga- aizraujoties ar jaunu darbību, ātri aizmirst iepriekšējo. Emocijas atspoguļojas sejā, dzīvīgajās acīs. Tāpēc viegli uzzināt viņa noskaņojumu, attieksmi pret cilvēku vai lietām. Viņu interesējošās nodarbībās ir ļoti aktīvs, darbospējīgs. bet , ja nodarbība neinteresē- tūlīt traucē skolotāju- sarunājas ar sola biedru, žāvājas. Šādos gadījumos viņu ir grūti saukt pie kārtības. vienīgā iespēja- ieinteresēt. Nepatīk pedantiskas nodarbības, bet tās, kurās var ātri sasniegt rezultātus. Noskaņojums bieži mainās. saņemot aizrādījumu, var ļoti uztraukties, pat raudāt. Ātri aizmirst par to, sākot skriet, spēlējoties ar draugiem. Pie jaunām prasībām pierod ātri. Viegli kontaktējas ar vienaudžiem, ir aktīvs kolektīva dalībnieks, vienmēr ap viņu ir vienaudži.

Ātri veic praktiskus un teorētiskus uzdevumus, ja to veikšanai pietiek zināšanu. Runā ātri, valoda ir emocionāla.

Kustības bagātas un kustīgas. nevar mierīgi sēdēt solā, bieži grozās. Pārtraukumos visbiežāk skrien pa koridoru, organizē kņadu.

Holēriķis. Vienaudžu vidū izceļas ar savu “brāzmainību”. Kustības ātras un dzīvīgas. Nodarbībās nepārtraukti maina pozu. Noteikti sarunājas ar citiem. “Ļoti aktīvs. Uz katru skolotāja jautājumu gatavs atbildēt neapdomājoties, tāpēc bieži atbilde nav pareiza. Runā skaļi, ātri. gandrīz nekad nesēž vietā, gatavs visu laiku skraidīt, iesaistīties ķīviņos ar citiem. Dusmās un uztraukumā ļoti impulsīvs, ātri iesaistās kautiņos. Raksturīgs jautrs, dzīvespriecīgs , strauji mainīgs noskaņojums. Atšķiras ar ļoti izteismīgām un spēcīgām emocijām, izteismīgu mīmiku, enerģiskiem žestiem. Nesavaldīgs un nemierīgs. (Zīmējumi parasti ir lieli) Uzticētos darbus veicot parāda pārliecinātību, neatlaidību. Intereses noturīgas. Neapjūk pie jaunām grūtībām, ar lielu enerģiju tās pārvar.

Domāšanas procesi noris enerģiski , ir noturīga uzmanība. Šie skolēni lasa ātrāk, stāsta un atstāsta pēc pirmās lasīšanas reizes, ar aizrautību.

Labprāt darbojas dažādos pulciņos. Augsta motorā aktivitāte. Kustības ir spēcīgas, straujas un izteismīgas. Bagāta mīmika, enerģiski žesti.

Flegmātiķis. Nesteidzīgs un mierīgs. Uz jautājumiem neatbild uzreiz un bez “dzīvīguma”. ja nezin precīzu atbildi, labāk neatbild nemaz. Neizvairās no papildus mācību uzdevumiem, pat ja to ir daudz. reti, kad var viņu redzēt nogurušu. Runā gari un apdomīgi. Klasē pret viņu izturas labi, pakļūcinot par viņa lēnīgumu. Apkārtējie cenšas viņu sapurināt, uzjautrināt. Vislabāk patīk matemātika. Aizraušanās ir pastāvīga. Ir labsirdīgs, reti kad “iziet no rāmjiem”, grūti viņu sakaitināt, grūti arī sasmīdināt. Raksturīga lēna, vienmērīga domāšanas procesu norise un runa.

Runa ir nesteidzīga, neizteikta intonācija. Uzmanība ir noturīgā un ar vāju pārslēgšanos.

Stundās sēd mierīgi, solā negrozās, negrūsta blakus sēdošos, reti ceļ roku. Nepatīk liekas kustības. Raksta lēni, diktātu rakstot, atpaliekot no klases. Lasa lēnāk. Mīmika mazizteismīga, reti žestikulē, žesti nav izteismīgi.

Melanholiķis. Stundās mierīgs, neklaigā, “nedīdās” solā. Vienmēr sēž vienā un tajā pašā pozā. Visu laiku kaut ko tur un groza rokās. Noskaņojums mainās pēc nenozīmīgiem iemesliem. Slimīgi jūtīgs, aizdomīgs. Kad skolotājs aizrāda, ilgi sēž uztraukts un nomākts. Smagi pārdzīvo pāridarījumus, bet arēji to izrāda maz. Kad viņu izsauc, lēnām iet pie skolotāj. atbild lēni, nepārliecināti. ja skolotājs pārtrauc, tūlīt samulst, balss kļūst pavisam klusa. ja uzdevuma izpildes laikā rodas grūtības, apjūk, iesākto nepabeidz. Noskaņojums mainās no nomākta līdz mierīgi jautram. “Ļoti apvalda savu jūtu izpausmes. Izvairās no mazpazīstamu sabiedrības, nezināmās situācijās ir neveikls. Viņam labvēlīgos nosacījumos viņu jūtīgums, smalkais emocionālais jūtīgums ļauj sasniegt augstus panākumus mūzikā, zīmēšanā. Mīl kopt puķes, dzīvniekus. Ir atsaucīgi, vienmēr gatavi doties palīdzēt.

Vājā nervu sistēma, ātri pārpūlas. Bieži nepieciešamas atpūtas pauzes. Runā klusi un ir mazrunīgi. Uzmanību var noturēt tikai bez blakusesošiem kairinātājiem.

Stundās sēž “nekustīgi”, starpbrīžos “atdzīvojas”. Kustības nemierīgas bet nav enerģiskas, mīmika neizteismīga, žesti skopi un slābani.