

Опросник для родителей

"Основа отношения отца и матери к ребенку"

Если вы согласны с приведенными ниже утверждениями, поставьте себе 1 балл, если нет – 0 баллов.

1. Иногда немного жаль, что ребенок вырастет и станет взрослым.
2. Если ребенок говорит неправду, то он, скорее всего не лжет, а фантазирует.
3. Мать должна служить эмоциональным посредником между ребенком и отцом, потому что отцам свойственна излишняя строгость.
4. Если ребенок занят полезным делом, но у него ничего не получается, надо похвалить и за усилие.
5. Наивная непосредственность – это скорее достоинство детского возраста, а не недостаток.
6. Если ребенок не засыпает в темноте, ему необходима лампа-ночник.
7. Многие детские шалости объясняются дурным влиянием сверстников.
8. У каждого ребенка есть свои достоинства, которые намного важнее недостатков.
9. Ребенок мог бы достичь больших успехов, если бы учителя относились к нему благожелательно.
10. Когда отец и мать расходятся в оценке поведения ребенка, важнее должно быть мнение матери, поскольку женщины – прирожденные воспитатели.
11. В детстве всем необходимы занятия спортом.
12. За семейным столом лучшие кусочки должны отдаваться детям.
13. Детское непослушание часто возникает оттого, что родители требуют от ребенка слишком многого.
14. Повзрослев, ребенок неизбежно столкнется в жизни с трудностями, поэтому долг родителей – до поры его ограждать от них.

Итоги:

15-20 баллов

Отец: Вы недооцениваете роль мужчины в воспитании. Ваша требовательность к ребенку бывает продиктована вашим настроением, а не поведением ребенка.

Мать: Вы очень любите своего ребенка, но забываете о том, что ребенок вырастет и должен решать проблемы самостоятельно.

8-14 баллов

Отец: В воспитании ребенка существует отстраненность.

Мать: Ребенку необходимо больше эмоционального участия в его жизни.

Менее 8 баллов

Отец: Не судите слишком строго своего ребенка.

Мать: Вашему ребенку нужно больше мягкости и поощрения

Анкета для родителей

"Ваша воспитательная система"

По результатам ответов на эту анкету можно определить, правильно ли выбран принцип воспитания детей

Можете ли вы:

1. В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?
2. Посоветоваться с ребенком, несмотря на его возраст?
3. Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?
4. Извиниться перед ребенком в случае, если вы были не правы?
5. Овладеть собой и сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел вас из себя?
6. Поставить себя на место ребенка?
7. Поверить хотя бы на минутку, что вы добрая фея или прекрасный принц?
8. Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий вас в невыгодном свете?
9. Всегда воздерживаться от слов и выражений, которые могут ранить ребенка?
10. Пообещать ребенку исполнить его желание за хорошее поведение?
11. Выделить ребенку один день, когда он может делать, что желает, и вести себя как хочет, а вы при этом ни во что не вмешиваетесь?
12. Не прореагировать, если ваш ребенок ударил, толкнул или незаслуженно обидел другого ребенка?
13. Устоять против слез, капризов, просьб, если известно, что это прихоть?

Варианты ответов:

А – могу и всегда так поступаю – 3 балла.

Б – могу, но не всегда так поступаю – 2 балла.

В – не могу – 1 балл.

От 30 до 39 баллов – вы придерживаетесь правильных принципов воспитания.

От 16 до 30 баллов. Ваш метод воспитания – кнут и пряник.

Менее 16 баллов – у вас нет педагогических навыков и желания воспитывать ребенка.

Тест

«Взаимоотношения в семье»

Этот тест, рассчитанный на детей дошкольного и младшего школьного возраста, позволяет выяснить, как ребенок воспринимает взаимоотношения в семье.

Вы, конечно же, любите своего малыша, заботитесь о нем, но уверены ли вы, что он чувствует себя дома достаточно комфортно? Догадываетесь ли вы, что его беспокоит, огорчает, пугает? Счастлив он или ощущает себя несчастным? Проведите с ним такой тест: дайте задание нарисовать всю семью (маму, папу, братьев и сестер, бабушку, дедушку и т. д.). Когда рисунок будет готов, проанализируйте его.

Если нарисованы люди, которые просто стоят, значит, ваш ребенок рассудителен и рационален. Если же люди изображены занимающимися каким-либо делом (читают, играют, едят, смотрят телевизор), значит, малыш очень эмоционален и впечатлителен.

Психологи утверждают, что первыми дети обычно изображают тех, кого больше всего любят. Все детали этого изображения они обычно прорисовывают очень тщательно. Тех, кого малыш недолго любит, он может нарисовать несколько небрежно и немного в стороне от остальных людей.

Если несколько членов семьи нарисованы близко друг к другу, значит, в понимании ребенка они и в самом деле близки. Так могут быть изображены родители или бабушка и дедушка. Если же фигуры родственников на картинке удалены друг от друга, вероятно, между ними и в жизни есть дистанция, и ребенок это заметил. Хотя возможен и другой вариант: например, папы целый день нет дома, он много работает, поэтому ребенок нарисовал его на расстоянии от мамы.

Бывает, что ребенок изображает себя выразительно, яркими красками, прорисовывая все детали внешности и одежды, в то время как родители нарисованы скупо и схематично. Это может свидетельствовать о его эгоистичности, сформированной в результате того, что родители ставят его на первое место, ущемляя себя.

Случается и обратное: родители изображены тщательно, а себя малыш рисует схематично, в его автопортрете отсутствуют детали. Это означает неуверенность ребенка, его покладистость и послушание. Конечно, маму и папу это скорее всего устраивает, но когда ребенок подрастет, он может подпасть под чужое влияние, и никакой гарантии того, что влияние это будет положительным, нет.

Если единственный в семье ребенок изображает себя в окружении других детей (соседских, двоюродных братьев и сестер), значит, он чувствует себя одиноким, ему не хватает общения со сверстниками, даже если он ходит в детский сад или школу.

Если семья неполная (родители в разводе), но ребенок изображает их вместе, это говорит о его страстном желании иметь рядом обоих родителей. В таком случае тому родителю, который живет с ребенком, следует позаботиться о том, чтобы малыш чаще общался с другим родителем. Если же ребенок рисует только того родителя, с которым живет, значит, он сумел приспособиться к ситуации.

Иногда дети рисуют фигуру кого-то из родственников очень большой по сравнению с фигурами остальных членов семьи, и это означает, что малыш считает данного человека агрессивным, возможно даже жестоким, оказывающим сильное давление на домочадцев. Так же можно расшифровать и изображение человека красного цвета или с очень большими руками.

Если персонаж на картинке нарисован с какими-то вещами в руках, это говорит о том, что ребенок воспринимает данного члена семьи как человека доброго, неспособного на строгость.

О том, что малыш не чувствует себя в семье уверенно и уютно, говорит такая деталь, как линия под ногами нарисованных людей. Возможно, родители чрезмерно строги с ним, предъявляют к нему завышенные требования, а он не может им соответствовать.

Насторожить родителей должен рисунок, на котором ребенок изобразил себя в отдалении от остальных членов семьи. Вероятно, он ощущает себя одиноким. Если родственники изображены просто стоящими или сидящими без дела, а себя малыш рисует занятым чтением или делающим уроки, это может означать, что маленький художник мечтает о свободе, о том, чтобы заниматься тем, что нравится ему, а не родителям.

Если ребенок изобразил себя отделенным от других членов семьи (например, поместил себя в круг, квадрат, треугольник), значит, он хотел бы чувствовать себя более защищенным.

Рисунок с тучами или облаками на небе сигнализирует родителям: их ребенок ощущает тревогу, опасность, которая угрожает его семье. Такой опасностью могут быть частые ссоры и скандалы в семье, свидетельствующие о надвигающемся разводе. Малыш может изображать облака и в том случае, когда

родители относятся к нему с чрезмерной суровостью, наказывают даже за самые незначительные проступки. Он находится в тревожном напряжении, боится разгневать родителей. Это не значит, что он страшится именно физических наказаний, страх может вызывать резкая критика, порицания, лишение детских радостей.

Если фигуры членов семьи схематичны или не полностью прорисованы, это может быть свидетельством плохого настроения маленького художника. Возможно, он чем-то расстроен, напуган или же его оторвали от любимого занятия и заставили рисовать. В таком случае не стоит проводить анализ его рисунка, лучше отложить тестирование на другое время.

Тест «Какой вы воспитатель?»

Разбираетесь ли в особенностях психики и способностях детей? Протестируйте себя.

Данный тест, разработанный французским психологом, одновременно является отличным упражнением, которое позволит родителям и педагогам лучше разобраться в вопросах воспитания мальчиков и девочек.

Прочитайте утверждения и, если вы согласны с ними, дайте ответ "да". Если у вас на этот счет иное мнение, отвечайте словом "нет".

1. Девочки более послушные, нежели мальчики.
2. Девочки относятся к природе гораздо лучше и бережливее, чем мальчики.
3. Мальчики способны быстрее оценить сложное положение, мыслят они более логично.
4. Мальчики обычно ощущают большее желание отличиться.
5. Мальчики более одарены в математике.
6. Девочки чувствительнее к атмосфере, в которой живут, они тяжелее переносят боль и страдания.
7. Девочки лучше, чем мальчики, умеют выразить свои мысли.
8. У мальчиков лучше развита зрительная память, а у девочек – слуховая.
9. Мальчики лучше ориентируются в пространстве.
10. Мальчики агрессивнее.
11. Девочки менее активны.
12. Девочки общительнее и предпочитают большую компанию, а не узкий круг друзей.

13. Девочки ласковее мальчиков.
14. Девочки легче поддаются под чужое влияние.
15. Мальчики предприимчивее.
16. Девочки трусливее.
17. У девочек чаще бывает комплекс неполноценности.
18. Девочки реже соперничают между собой.
19. Мальчикам важнее продемонстрировать свои способности.
20. Мальчики имеют больше склонности к творческой работе, зато девочки лучше справляются с рутинным, монотонным трудом.

А теперь сверьте свои ответы с ключом

1. И в самом деле, в раннем детстве девочки послушнее мальчиков.
2. Никем не установлено, что девочки по своей природе больше склонны заботиться о растениях, больных и слабых животных. разве что в возрасте 6—9 лет.
3. На самом деле это не так. Девочки способны решать сложные задачи (проблемы) ничуть не хуже мальчиков.
4. Неверно. До 10—12 лет девочки развиваются быстрее мальчиков и потому иногда стараются выделиться, отличиться от своих сверстников. В дальнейшем девочки более целенаправленны и больше, нежели мальчики, думают о будущем.
5. Девочки и мальчики одарены в равной мере, хотя и считается, что в математике последние проявляют себя лучше. Поэтому-то взрослые чаще ориентируют на точные науки именно мальчиков. Как только этот предрассудок исчезнет, никто не будет замечать большой разницы.
6. Неверно. Мальчики легче поддаются влиянию среды, они сильнее переживают, например, разлуку с родителями. Мальчики чувствительны к боли и страданию, однако их с раннего детства учат не показывать этого, не плакать, поэтому они только внешне делают вид, что им не больно.
7. До 10—13 лет разница незначительна, но в дальнейшем в большинстве случаев девочки устно и письменно высказывают свои мысли более ясно и четко, чем мальчики.
8. С помощью исследований ученые доказали, что эти способности у мальчиков и девочек совершенно одинаково развиты. Если и существует разница, то только индивидуальная.

9. До наступления половой зрелости разницы практически нет, затем мальчики действительно лучше девочек ориентируются в пространстве. С годами эта разница усиливается. Конечно, бывают и исключения, но они только подтверждают правила.
10. Мальчики становятся агрессивными уже в самом раннем возрасте, в 2—3 года, когда начинает формироваться их личность.
11. Не выявлена разница в активности мальчиков и девочек. Но в детские годы мальчики проявляют свою активность более шумно и зримо, например когда дерутся. Девочки не такие шумные, однако не менее целенаправленные.
12. Неверно. Девочки с раннего детства предпочитают компанию одной-двух подруг, а вот мальчикам по душе большие группы сверстников. Эта склонность сохраняется и в дальнейшем. Поэтому-то мальчики чаще прибегают к коллективным играм.
13. До определенного возраста разницы между мальчиками и девочками нет, в определенный период мальчики требуют ласкового обращения.
14. Напротив, мальчики больше подвержены чужому влиянию, мнение компании имеет для них огромное значение, об этом нужно помнить тем, кто воспитывает сыновей. А вот девочки чаще всего придерживаются собственного мнения.
15. В этом качестве до определенного возраста у мальчиков и девочек нет отличий. Позднее более сообразительными и активными становятся девочки. А в период полового созревания они уступают в этом юношам, быть может сознательно.
16. Девочки не так трусливы на самом деле, как многим кажется. В действительности они могут быть сильнее и решительнее мальчиков, легче преодолевать страх.
17. Не больше мальчиков. Девочки лучше "вооружены" по отношению к сложным житейским ситуациям, умеют быстрее приспособливаться. В большинстве случаев они более самостоятельны.
18. В этом отношении ни у кого нет преимущества, все зависит от личности. Соперничать, мериться силами друг с другом могут как мальчики, так и девочки.
19. Неверно. Мальчики легче подчиняются сильным личностям, компаниям сверстником. Девочки более самоуверенны и стараются настоять на своем.
20. Неверно. В этом между мальчиками и девочками нет разницы, все зависит от индивидуальности и наличия творческих способностей.

«Темперамент вашего ребенка»

Внимательно понаблюдайте за своим ребенком, а потом ответьте на вопросы этого теста. Будьте честны, не пытайтесь приукрасить поведение сына или дочери. Отвечайте так, как есть на самом деле, а не так, как вам хотелось бы. Узнав темперамент ребенка, вы сможете понять его характер, что позволит вам в дальнейшем избежать конфликтов и недоразумений.

На вопросы отвечайте словами "да" или "нет".

1. Ваш ребенок очень интересуется различными играми?
2. Ваш ребенок импульсивен?
3. Случается ли, что настроение ребенка резко меняется от хорошего к плохому и наоборот?
4. Старается ли ребенок получить незаслуженную похвалу?
5. Любит ли он общаться с новыми, незнакомыми людьми?
6. Часто ли он требует, чтобы ему немедленно что-то купили?
7. Случалось ли вам замечать, что он грустен, подавлен, хотя никаких причин к этому нет?
8. Часто ли он проявляет свою жадность?
9. Он аккуратен?
10. Считаете ли вы своего ребенка очень жизнерадостным?
11. Ваш ребенок сильно огорчается, когда другие люди (родственники, друзья, герои книги или фильма) страдают?
12. Он очень переживает, если у него что-то не получается?
13. Всегда ли он сдерживает свои обещания?
14. Он боится высоты?
15. Комфортно ли ребенок чувствует себя в большой компании?
16. Ваш ребенок раздражителен?
17. Имеет ли он привычку перекладывать свою вину на других людей?
18. Любит ли он новые знакомства?
19. Ваш ребенок доверчив?
20. Он легко обижается?
21. Есть ли у него плохие привычки?

22. Ему нравится быть на вторых ролях?
23. Не пытается ли он совершать рискованные поступки?
24. Быстро ли ему надоедают одни и те же игры и занятия?
25. Берет ли он чужие вещи без разрешения?
26. Ему нравится ходить к кому-нибудь в гости?
27. Случалось ли ему обижать своих близких и друзей?
28. Часто ли он ощущает себя виноватым?
29. Способен ли он говорить на темы, которые плохо знает? Например, может ли он ответить урок, если не читал учебник?
30. Часто ли он отказывается от игр с друзьями ради того, чтобы побыть в одиночестве и почитать книгу?
31. Часто ли у него случаются конфликты со сверстниками?
32. Считаете ли вы своего ребенка нервным, ранимым?
33. Извиняется ли ваш ребенок за свои проступки?
34. У вашего ребенка много друзей?
35. Вы когда-нибудь замечали, что ваш ребенок высмеивает своих друзей или устраивает им злые розыгрыши?
36. Считаете ли вы своего ребенка беспокойным?
37. Ваш ребенок послушен (всегда ли он сразу выполняет то, что ему велят)?
38. Можете ли вы назвать своего ребенка беззаботным?
39. У вашего ребенка хорошие манеры?
40. Часто ли ваш ребенок тревожится за близких, опасается ли он, что с ними может произойти что-нибудь плохое?
41. Брал ли ваш ребенок когда-нибудь чужую вещь, а потом ломал ее?
42. Ваш ребенок первым проявляет инициативу в знакомстве со своими сверстниками?
43. Ваш ребенок выражает сочувствие, когда кто-то рассказывает ему о своих проблемах?
44. Часто ли он расстраивается и обижается?
45. Если поблизости нет урны, может ли ваш ребенок бросить обертку от мороженого прямо на тротуар?
46. Находясь в компании, ваш ребенок в основном молчит?

47. Сильно ли ребенок привязан к родителям?
48. Имеет ли он привычку жалеть себя?
49. Он часто хвастается?
50. Ваш ребенок бывает лидером в компаниях?
51. Его трудно назвать осторожным?
52. Случалось ли вашему ребенку выражать беспокойство по поводу своего здоровья?
53. Ваш ребенок часто говорит плохо о своих друзьях или одноклассниках?
54. Вашему ребенку нравится пересказывать веселые истории, которые он прочитал или услышал от других?
55. Ваш ребенок ест все, что ему предлагают?
56. Часто ли у него бывает плохое настроение?
57. Часто ли он дерзит взрослым?
58. Ему нравится общаться с большим количеством людей?
59. Переживает ли он, что сделал ошибку в контрольной работе?
60. Случаются ли у него бессонницы?
61. Всегда ли он моет руки перед едой?
62. Всегда ли он может ответить на вопрос без долгих раздумий?
63. Ваш ребенок старается не опаздывать?
64. Часто ли он ощущает себя очень усталым без особых причин?
65. Способен ли он действовать быстро и активно?
66. Разговорчив ли он?
67. Он никогда не обижается на свою мать?
68. Часто ли ему бывает скучно?
69. Имеет ли он особенность использовать чужие ошибки в своих целях?
70. Всегда ли он успевает выполнить все запланированные дела?
71. Существуют ли люди, с которыми ваш ребенок принципиально старается не общаться?
72. Переживает ли он по поводу своей внешности?
73. Всегда ли он вежлив?
74. Задумывается ли он о своем будущем?

75. У него когда-нибудь возникало желание умереть?
76. Мечтает ли он стать богатым?
77. Нравится ли ему быть в центре внимания?
78. Пытается ли он сдерживать грубость, хотя это дается ему нелегко?
79. Если над ним посмеялись, он долго переживает?
80. Настаивает ли он, чтобы окружающие поступали так, как ему хочется ему?
81. Он часто опаздывает?
82. Случалось ли ему говорить то, что было неприятно для другого человека?
83. Беспокоит ли вас нервозность вашего ребенка?
84. Ваш ребенок избегает общения с язвительными людьми?
85. Часто ли он теряет друзей?
86. Приносит ли ему страдания одиночество?
87. Ваш ребенок всегда старается довести начатое дело до конца?
88. Он любит дразнить животных?
89. Он болезненно воспринимает замечания в свой адрес?
90. Любит ли он приключения?
91. Он считает, что можно опаздывать на уроки?
92. Ему нравится, когда окружающие интересуются им?
93. Считают ли сверстники его жестоким?
94. Случаются ли у него резкие перепады настроения?
95. Имеет ли он привычку откладывать дела в долгий ящик?
96. Окружающие считают его веселым человеком?
97. Страдает ли он, когда его обманывают?
98. Сильно ли он зависит от внешних обстоятельств?
99. С готовностью ли он признает свои ошибки?
100. Он очень жалеет бездомных или больных животных?

А теперь сравните свои ответы с ключом по нескольким параметрам.

1. Шкала психотизма. Отрицательные ответы на вопросы 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 100. Утвердительные ответы на вопросы 14, 23, 27, 31, 35, 47, 51, 53.

2. Шкала экстраверсии/интроверсии. Отрицательные ответы на вопросы 22, 30, 46, 84. Утвердительные ответы на вопросы 1, 3, 10, 15, 18, 26, 34, 38, 42, 50.

3. Шкала нейротизма. Утвердительные ответы на вопросы 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83, 86, 89, 94, 98.

Высокие показатели по шкале экстраверсии/интроверсии соответствуют экстравертивному типу, низкие – интровертивному.

Дети-экстраверты общительны, имеют широкий круг знакомств, контактируют с большим количеством людей. Им свойственны импульсивность, доброжелательность, оптимистичность.

Дети-интроверты застенчивы, спокойны, сдержанны. Общаться они предпочитают в узком кругу друзей. Все свои поступки обычно долго и тщательно продумывают.

Показатели по шкале нейротизма отражают эмоциональную устойчивость или неустойчивость. Высокие показатели говорят о психической неустойчивости, слабой приспособляемости и склонности к резкой смене настроений.

Высокие показатели по шкале психотизма указывают на наличие у ребенка склонности к демонстративному поведению. Такие дети часто бывают эгоцентричны и конфликтны.

Психологи утверждают, что возбудимый интроверт (то есть ребенок, обладающий неустойчивой психикой) по типу темперамента чаще всего обнаруживает особенности и черты меланхолика.

У интроверта с устойчивой психикой преобладают черты флегматика.

У возбудимого экстраверта (ребенка с неустойчивой психикой) доминируют особенности холерика. Экстраверта с устойчивой психикой можно отнести к сангвиникам.

Если при тестировании обнаружили высокие показатели по шкале экстраверсии/интроверсии и шкале нейротизма, ребенок – холерик. Если показатели по шкале первой шкале низкие, а по второй высокие, значит, он меланхолик.

Если показатели по шкале экстраверсии/интроверсии высокие, а по шкале нейротизма низкие, ребенок – сангвиник. Если показатели низкие по обеим шкалам, в его характере преобладают черты флегматического типа.

Дети-сангвиники общительны, контактны и без труда адаптируются к новым условиям. Они любят общаться с большим количеством людей, сравнительно легко переживают неудачи и быстро о них забывают. Ребенок с таким темпераментом подвижен и очень любознателен, он не способен придерживаться строгих правил и часто нарушает запреты взрослых. Его трудно назвать усидчивым, он может начать новое дело, не завершив старого, о котором уже забыл. Если ребенка-сангвиника не заинтересовать, через короткий

промежуток времени он потеряет интерес к своему занятию. Таких детей следует приучать ставить перед собой цели, если у ребенка есть цель, он изо всех сил будет стремиться к ней.

Дети-холерики обладают возбудимой нервной системой, не способны долго размышлять над своими поступками и действуют импульсивно. Чрезмерно активные, они быстро тратят свои силы, в результате чего период активности сменяется апатией. У ребенка с холерическим типом темперамента очень богатое воображение, он умеет ставить цели, которые пытается достичь, однако родители должны знать, что он не способен объективно оценить личные возможности. В результате этого цель так и остается недостижимой, а ребенок испытывает горькое разочарование. Свои неудачи такие дети переживают очень тяжело, поэтому родители должны быть с ними чрезвычайно внимательными и тактичными.

Дети-флегматики медлительные, спокойные, эмоционально уравновешенные, их трудно вывести из себя. Если такой ребенок увлечен каким-либо делом, он обязательно доведет его до конца. А вот чтобы переключиться на новое занятие, ему потребуется довольно много времени и усилий. Флегматики общительны, однако не склонны к пустой болтовне. Они ответственны и надежны, но временами проявляют лень и апатию.

Так как дети-флегматики не отличаются инициативностью, родители должны постоянно возбуждать в них интерес к тем или иным занятиям. Если такой ребенок поймет, что данная цель ему нужна, он будет идти к ней упорно и старательно. Флегматик может обладать хорошими способностями, однако его медлительность часто становится причиной средней и даже слабой успеваемости, особенно когда педагоги и родители не проявляют терпения. К не самым лучшим показателям в учебе большинство детей-флегматиков относятся довольно спокойно, они не стремятся быть первыми и не видят причины, по которой им следовало бы добиваться лучших результатов. Флегматик не лидер, ему нравится быть на вторых ролях.

Дети-меланхолики обладают очень неустойчивой нервной системой, они с трудом приспосабливаются к изменению обстоятельств, и это касается как печальных, так и радостных событий. Ребенок с таким типом темперамента робок, застенчив, нерешителен и малообщителен, во всех мероприятиях предпочитает оставаться в тени. В то же время он не лишен ответственности и целеустремленности, что во многих случаях позволяет ему успешно преодолевать трудности. Родители должны обращаться с такими детьми очень бережно и деликатно. Меланхолики нуждаются в поддержке окружающих, им нужно помогать, хвалить, а не ругать и не формировать у них чувство вины.