

# 4 Temperaments

## อุปนิสัยทั้ง 4 ที่ผู้ใหญ่ควรรู้

โดย ครูทราย

ครูทรายแบ่งอุปนิสัยออกเป็น 4 สี ได้แก่

เราเรียนรู้อุปนิสัยเพื่อให้เข้าใจอารมณ์ และต้นเหตุของพฤติกรรม  
สำรวจว่าเด็กน้อยของเรายังมีความสุขอยู่ไหม และเราต้องช่วยเหลือ  
อะไรบ้างหรือเปล่า

**สีแดง**

- ★ รูปร่างสันทัด กล้ามเนื้อแน่น
- ★ โดดเด่น ด้านผล:กำลัง
- ★ ต้องการสิ่งที่ถูกต้อง
- ★ อารมณ์ท่วมท้น
- ★ ซิโมโห (เบื้องหลังคือ ความกลัว)

คำแนะนำถึงผู้ปกครอง

- ★ พุดคุยด้วยเหตุผล แต่ต้องไม่ลืมใส่ใจความรู้สึก
- ★ ให้ความสำคัญกับการยอมรับความพ่ายแพ้ พัดหวัง
- ★ ช่วยหาทางออกทางอารมณ์

**สีม่วง**

- ★ ใช้ชีวิตตามกิจวัตร
- ★ ชี้แจงวล
- ★ ชอบใช้ความคิด
- ★ ชอบช่วยเหลือ เป็นผู้ดูแลที่ดี
- ★ ไม่เข้าใจอารมณ์ซับซ้อน
- ★ ไวต่อการรับรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว

คำแนะนำถึงผู้ปกครอง

- ★ สังเกตพฤติกรรมและ ความเปลี่ยนแปลง
- ★ ควรใช้คำพูดตรง ๆ
- ★ คอยประคับประคองความรู้สึก และคอยช่วยเหลือใกล้ชิด
- ★ ใส่ใจกับการประกอบกิจวัตรประจำวัน

**สีเหลือง**

- ★ สนุกกับทุกอย่าง
- ★ ช่างจินตนาการ
- ★ พร้อมพญกษิเยเสมอ
- ★ เข้ากับคนง่าย เป็นมิตรกับทุกคน
- ★ รักมาก เกสียงมมาก แต่ก็สียงง่ายม
- ★ พุดสเป:สเป: รวดเร็ว ว่องไว

คำแนะนำถึงผู้ปกครอง

- ★ ควรช่วยเรียบเรียงความคิด
- ★ เน้นกาลเทศะและการเข้าสังคม
- ★ ชี้แนะให้เห็นเหตุและผลของเรื่องต่าง ๆ
- ★ ให้ใช้การวาดรูปเป็นอีกวิธีในการสื่อสาร

**สีน้ำเงิน**

- ★ เรียบง่าย สบาย สบาย
- ★ เป็นผู้ฟังที่ดี
- ★ ไม่ชอบคำตำหนิ จึงไม่ค่อยแสดงความคิดเห็น
- ★ ชอบความแน่นอน เชื่อในข้อเท็จจริง
- ★ กลัวความผิดพลาด

คำแนะนำถึงผู้ปกครอง

- ★ ควรรับฟังอย่างตั้งใจ
- ★ ช่วยฝึกสมดุร่างกาย
- ★ แบ่งปันความคิดเห็นให้เด็กได้เรียนรู้เรื่องความผิดพลาดเพื่อเป็นภูมิคุ้มกัน
- ★ ให้ความสำคัญกับสัญญา รักษาคำพูด

### การจัดกลุ่มเด็ก

**เด็กสีแดงเล่นกับสีแดงจะเกิดผลดี**

อาจจะทะเลาะกันบ้าง แต่ในที่สุดจะร่วมกันสร้างกฎ ลมุนละม่อมกับอีกฝ่ายเอง

**เด็กสีน้ำเงินชอบกฎเกณฑ์แน่นอน จึงชอบเล่นกับเด็กสีแดง**

**เด็กสีม่วงเป็นคนชอบสังเกต ใครทำอะไร ที่ไหน อย่างไร**

**เด็กสีเหลืองสนใจ และไม่กังวล จึงเข้าไปเล่นกับเด็กสีม่วงได้**

### Parenting

ตัวอย่างที่พบบ่อย



ผู้ใหญ่สีน้ำเงิน - เด็กสีแดง  
นอกจากเหตุผลก็ควรใช้ความรู้สึกด้วย



ผู้ใหญ่สีม่วง - เด็กสีม่วง

เมื่อมีอะไรผิดพลาดผู้ใหญ่จะเก็บเจียบเด็กมีแนวโนมจะเรียนรูตนเองเช่นนั้นเมื่อโตขึ้นจะไม่กล้าพุด มีโอกาสเป็นซึมเศร่าได้ง่าย



ผู้ใหญ่สีแดง - เด็กสีเหลือง

เมื่อผู้ใหญ่ใช้อารมณ์ เด็กอาจใช้อุปนิสัยสีเหลือง เช่น แสดงออกว่าไม่สนใจ ไม่ได้ยิน ไม่สนผลที่ตามมา

★ ตัวเราคนหนึ่งจะประกอบด้วยหลายอุปนิสัย  
ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับว่าเราจะนำแต่ละสีมาใช้  
ในสถานการณ์ไหน \*

