

Les trois types de tempérament

1. Demande à tes parents ou à ta famille pour t'aider à décrire le mieux la sorte de bébé que tu étais. **Encercle** chacun des éléments du tableau ci-dessous.
2. **Surligne** les caractéristiques (du même tableau) qui te décrivent le mieux actuellement.

FACILE	DIFFICILE	LENT À S'ADAPTER
Réagit bien à la nouveauté et au changement.	Réagit mal à la nouveauté et au changement.	Réagit lentement à la nouveauté et au changement.
Développe rapidement des horaires réguliers de sommeil et d'alimentation.	A des horaires de sommeil et d'alimentation irréguliers.	Dort et mange plus régulièrement que l'enfant difficile, mais moins régulièrement que l'enfant facile.
S'habitue facilement à des situations nouvelles.	Accepte les nouveaux aliments lentement.	Devant un nouveau stimulus (le 1 ^{er} bain, un nouvel aliment, une nouvelle personne, un nouvel endroit, le premier jour d'école, etc.), il a une réponse initiale négative.
Accepte bien la plupart des frustrations.	Se méfie des étrangers.	S'habitue graduellement à un nouveau stimulus au terme d'expositions répétées, sans aucune pression.
S'adapte rapidement à de nouvelles routines et aux règles de jeux nouveaux.	S'adapte lentement aux situations nouvelles.	Ses réactions, positives ou négatives, sont d'intensité moyenne.
Affiche une humeur habituellement positive, d'intensité faible à moyenne.	Réagit à la frustration par des manifestations de colère.	
	S'adapte lentement aux nouvelles routines.	
	Pleure souvent fort, rit fort.	
	Manifeste une humeur intense et souvent maussade.	

3. Parmi les 3 types de tempérament, ton type de tempérament est:
bébé: _____ actuel: _____

Les facteurs influant sur le tempérament

4. Quels sont les facteurs pouvant modifier le type de tempérament d'un enfant?

5. As-tu le sentiment que ton environnement social (famille, école, etc.) était bien adapté à ton tempérament? Justifie ta réponse à l'aide d'exemples concrets.

Discussion.

Les effets du tempérament sur l'adaptation: le degré de compatibilité

6. Quelles stratégies, quant au tempérament de l'enfant, sont susceptibles de favoriser son développement ou de lui nuire?

Stratégies aidantes	Stratégies nuisibles

