



«Шустрики» и «мямлики» - находим подход к своему ребенку

Все мы знаем, что уже в первые годы жизни дети отличаются друг от друга поведением, на которое накладывают свой отпечаток особенности нервной системы. Одни дети шустрые, энергичные, другие более пассивные, третьи-медлительные - все они разные! Для правильного успешного воспитания ребенка нужно хорошо знать его особенности. Это возможно при изучении и наблюдении за ним в свободной деятельности, в игре, и даже во время сна. Это позволит определить, каковы типологические особенности его нервной системы, а зная это способствовать его гармоничному развитию. Есть взрослые, которым нравятся живые, подвижные, шустрые дети, другие хотели бы видеть ребенка тихим, спокойным. Но мы не можем выбрать своему ребенку цвет глаз, волос, форму носа, он уже такой, какой есть, и мы его таким и принимаем. Это касается и особенностей его высшей нервной деятельности. А вот характер в отличие от темперамента у нас не является врожденным и формируется он под влиянием нашего воспитания, которое, безусловно, многое решает.

Вспомним слова А. С Макаренко, который писал, что *«Ваше собственное поведение-самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребенка только, тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, как читаете журнал или книгу- все это имеет для ребёнка большое значение»*. Для того, чтобы сформировать одни те же черты характера у детей с разными типологическими особенностями нервной системы, их надо воспитывать по-разному.



Кто же такие «шустрики»?

Так их прозвали за их шустрость, непоседливость и живость. Это так называемые «неуравновешенные» дети, у них процесс возбуждения сильнее, чем процесс торможения. Такие дети проявляют нетерпеливость, они легко отвлекаются, легко возбудимы. Они много двигаются и сильно устают. Для таких детей характерно бурное проявление своих чувств и, поскольку им труднее, чем другим детям сдерживать свои желания и побуждения, то они часто выступают зачинщиками конфликтов. Но в то же время у них легко формируется общительность, они быстро вступают в контакт. Сон у них неглубокий, чуткий, а перед тем, как заснуть, такие дети будут долго переворачиваться с боку на бок, вертеться в кровати. Они обладают хорошим аппетитом могут съесть большие объёмы пищи. Очень любят побегать, порезвиться, предпочитают подвижные игры.

Как же приобщить такого неутомного «шустрика» к играм более спокойным, требующим терпения?

В развитии усидчивости, сосредоточенности внимания, желания и умения довести дело до конца помогут занятия с разнообразными игрушками, простейшими конструкторами-лего, лото, рисование, лепка, аппликация, но самое главное это ваше родительское присутствие и деятельность вместе и рядом с ребенком. Необходимо вызвать интерес к занятию, показать свою искреннюю заинтересованность и радость. Воспитывая таких непосед, направлять свои усилия на развитие у них интереса к занятиям, требующим усидчивости, внимания, выдержки, а также на развитие положительных взаимоотношений с детьми и взрослыми.

Шустрики - это дети, которые вызывают не только нарекания воспитателей, но и их симпатию, поскольку всегда активны, быстро справляются с порученной работой, помогают тем, кто делает все (одевается, наклеивает аппликацию, убирает игрушки) медленно. Часто маленький «шустрик» в течение дня, получает не один десяток замечаний. Опытные педагоги стараются нагрузить такого ребенка полезной работой, чтобы его энергия не стала разрушительной. Однако,

когда приходит пора готовить такого ребенка к школе, возникают проблемы: оказывается, что он просто не в состоянии сидеть, как другие дети, за партой, ждать своей очереди, чтобы ответить на вопрос учителя, а по вечерам родители не могут уговорить его выполнять учебные задания. Потому что он в это время хочет играть, бегать, кричать. И если отчаявшиеся родители наказывают его и ставят в угол, то даже там он умудряется кривляться и двигаться.

Движение, необходимое всем детям, для такого шустрика нужно вдвойне: за целый день ограничений ребенок устает, и ему нужна разрядка. Он не виноват, что мама и папа тоже устали и им трудно выносить шум и беготню. Чтобы удовлетворить потребности и одной, и другой стороны, желательно дать ребенку какое-то задание, в процессе выполнения которого он сможет реализовать потребность в движении и ощутит себя полезным членом семьи. Если же родители во что бы то ни стало будут требовать от ребенка многочасового просиживания за уроками, скорее всего со временем произойдет срыв, поскольку физиологически ребенок не может выдержать такой нагрузки. К тому же вряд ли к моменту поступления в школу у него сохранится желание учиться.

Конечно, волевые качества ребенка необходимо развивать, но делать это надо постепенно, учитывая его реальные возможности. И желательно такого «реактивного» ребенка не отдавать в школу раньше времени. А уж если родители все же решили определить его в первый класс, то программу обучения лучше выбрать традиционную, без дополнительной нагрузки. Тогда маленький школьник получит возможность в течение нескольких месяцев, а может быть, и всего первого учебного года адаптироваться к новым условиям. Ведь главное для него – не получение непомерно большого количества учебной информации, а обучение приемам регуляции своего поведения, конструктивным способам общения с учителем и со сверстниками.

Если интеллектуальная и физиологическая нагрузка в начальной школе будет соответствовать возможностям ребенка, то уже к концу начальной школы (а может, и раньше) он научится управлять своим поведением, и его дальнейшая школьная жизнь будет протекать довольно спокойно. Но если в течение первых лет обучения ребенок не получит возможности компенсировать особенности развития, то есть опасения, что он скорее всего пополнит ряды неуспевающих. Родителям такого «шустрика» прежде всего необходимо проконсультироваться у специалистов (у невропатолога) и выяснить, с чем связана его повышенная активность. И если, по мнению врача, ребенок не нуждается в наблюдении медиков, родителям надо постараться в процессе общения с сыном или дочкой не усугублять особенностей его поведения, а помочь ему.



«Мямлики»

Эти дети противоположность «шустрикам». Так их называют за медлительность, невозмутимость, спокойствие, так называемую инертность. У них процесс торможения преобладает над процессом возбуждения. Таким детям не хватает активности, они настолько спокойны, что, кажется не доставляют взрослым никаких хлопот. Но пройдет время, когда ребенок подрастёт, и тогда эта его медлительность, неловкость и нерасторопность, в дальнейшем возможно будет предметом насмешек со стороны его сверстников в школе, и может даже, в жизни. Они отличаются хорошим аппетитом, у таких детей есть склонность к повышенному весу, они едят медленно, ни на что, не отвлекаясь. Сон их глубокий, продолжителен. Они малоинициативны и необщительны. Предпочитают спокойные, занятия и игры. Любят, что-то долго рассматривать, выкладывать мозаику, играть в настольные игры. К подвижным играм такие дети чаще равнодушны. Поэтому здесь задача взрослых «расшевелить» «мямлика», то есть необходимо привлечь к играм, требующим сноровки, ловкости, где тренируется быстрота реакции, самостоятельность. Показывать свое отношение к играм и своим поведением пытаться вызвать интерес и желание у ребенка принять участие в них. Очень полезна активная утренняя гимнастика. Сейчас масса музыкальных ритмических гимнастик. Взрослым можно здесь посоветовать запастись терпением, обязательно, хвалить ребенка и подбадривать за каждый, пусть самый малый его успех.

При поступлении в первый класс медлительные дети, как правило, показывают достаточный уровень готовности к школе, уровень их общего психического развития соответствует возрастным нормам, но, приступив непосредственно к обучению, они иногда уже в первые месяцы «вдруг» проявляют «незрелость», неготовность учиться. Происходит это в связи с тем, что они, не успевая за учителем, выполняют только часть заданий в классе. Дома же они по несколько часов делают уроки, лишая себя тем самым прогулки и отдыха. Все это приводит к тому, что утомление одного дня накладывается на утомление второго, третьего, и вот оно уже превращается в переутомление, для компенсации которого требуется достаточно длительный период. А его, к несчастью, медлительному ребенку катастрофически не хватает. Везде он слышит от взрослых: «быстрее», «скорее», «поторопись».

Стремясь быть «хорошим» (старший дошкольник), соответствовать новому статусу «ученика» (младший школьник), не вызывать насмешек сверстников (подросток), медлительный ребенок изо дня в день находится в состоянии стресса, что не может не повлиять и на усвоение учебного материала (снижаются показатели памяти, внимания), и на психологический климат в семье (особенно если родители ребенка относятся к категории активных, деятельных людей). Следствием же подобных перегрузок нервной системы могут стать не только невроты, но и расстройства сна, снижение работоспособности, повышение артериального давления, заболевания сердца и многие другие неприятности. А зачастую к ним добавляются личностные и поведенческие особенности таких детей: многие из них становятся малообщительными, замкнутыми.

Как мы, взрослые (педагоги и родители), можем им помочь?

Медлительность, как и чрезмерная активность, имеет физиологические причины (скорость протекания нервных процессов). И понимание того, что наши «шустрики» и «мямлики» ведут себя свойственным им образом не потому, что хотят сделать нам назло, а вследствие своих физиологических особенностей, позволяет продумать и реализовать определенный подход в воспитании и обучении таких детей.

Родителям и педагогам «шустриков» желательно:

- Поддерживать режим дня ребенка, чтобы не допускать излишнего перевозбуждения. Для выполнения домашних заданий лучше отвести определенное время.
- После детского сада (школы) желательно погулять с ребенком, прежде чем усаживать его за выполнение заданий или уроков.
- Перед сном постарайтесь исключить просмотр телевизионных передач. Лучше всего совершить спокойную получасовую прогулку с ребенком или почитать ему спокойную сказку.
- Поручайте ребенку полезные дела. Причем самым эффективным станет совместный труд родителей и ребенка.
- Постепенно приучайте ребенка к самостоятельности и ответственности, доверяя ему пока только те дела, которые он действительно может выполнить.
- Фиксируйте внимание ребенка на том, что, делая что-то медленно, он допускает гораздо меньше промахов и ошибок.
- Хвалите ребенка каждый раз, когда он сам справился со своей торопливостью.
- Не старайтесь «переделывать» ребенка только потому, что он не такой, как вы.
- Старайтесь не наказывать ребенка, ставя его в угол или лишая возможности двигаться (сидение на диване, на стуле).

Родителям и педагогам «мямликов» желательно:

- Прежде всего понаблюдайте за ребенком и проанализируйте ситуацию. Может быть, он вовсе не относится к категории медлительных детей, а просто темп его деятельности не совпадает с вашим собственным. Тогда постарайтесь сами чуть медленнее давать информацию и выполнять работу в присутствии ребенка.
- Постарайтесь выяснить, по какой причине ребенок медлит с выполнением задания: может, он просто не понял или не расслышал вашу инструкцию. Чтобы убедиться в этом, попросите ребенка повторить условия выполнения задания вслух.
- Постарайтесь не упрекать ребенка за то, что он копается, так как это приведет только к замедлению темпа выполнения задания. Особенно важно не подвергать ребенка наказаниям за медлительность в присутствии других детей.
- Соблюдайте четкий режим дня, тогда медлительный ребенок, склонный к стереотипам, будет чувствовать себя гораздо увереннее.
- Обсуждайте с ребенком его планы на день. И если он планирует для себя что-то интересное (посмотреть мультик, поиграть с другом, пойти на кружок), спросите, нужна ли ему помощь в организации пространства и времени.
- Помогите ребенку составить список дел на день и по мере их выполнения вычеркивать уже сделанное.
- Воздержитесь от резкого ограничения времени на выполнение того или иного задания, но постепенно приучайте его самого контролировать время. Только очень важно для создания атмосферы успешности назначать реальные сроки окончания той или иной работы. Чтобы ребенка мотивировать на самостоятельность и ответственное выполнение и контроль за выполнением заданий, купите песочные часы, пользование которыми наверняка понравится ему.
- Если у вас запланировано какое-то мероприятие (поход в театр, за покупками, в парк), дайте ребенку чуть больше времени, чем обычно, отправьте его одеваться на 5–7 минут раньше.
- Каждый раз в случае успешной и вовремя выполненной работы похвалите ребенка и обязательно спросите, что помогло ему добиться успеха. Это необходимо для выявления индивидуального способа деятельности ребенка.



Самая же главная рекомендация взрослым при взаимодействии с такими «неудобными», но такими замечательными детьми —

**примите их такими,
какие они есть, и не старайтесь
их переделать!**

