

Часто родители жалуются на непоседливость своего ребёнка: “Сидит как на иголках, постоянно отвлекается и вообще не способен что-то делать дольше пяти минут”. Продолжая свои жалобы, такие родители обвиняют детей в лени, невнимательности и прочем-прочем-прочем, однако личной вины ребёнка, чаще всего, в таком поведении нет. За детское (да и наше с вами) поведение во время любой деятельности отвечает нервная система, а конкретный её тип влияет на усидчивость, концентрацию и успех всего “предприятия”.

Нервная система: сильная или слабая?

Всех людей на планете можно разделить по силе нервной системы (врождённый показатель) - на обладателей сильной нервной системы или слабой. Под силой нервной системы понимается степень выносливости и работоспособности нервных клеток, а соответственно реакцию конкретного человека на те или иные жизненные обстоятельства.

Для того чтобы верно организовать рабочее пространство ребёнка, найти в обучении особый подход, правильно выбрать дополнительное образование, и знать в принципе, как лучше общаться с малышом, следует определить, насколько “сильная” у ребёнка нервная система.

Обладатели сильной нервной системы долго включаются в рабочий процесс, но зато могут трудиться долго и продуктивно, не теряя концентрацию на предмете работы/изучения до самого конца.

Обладатели слабой нервной системы включаются в работу мгновенно, запоминают больше информации, но быстро устают и начинают отвлекаться.

От такой разницы в степени концентрации и продолжительности сосредоточенной работы и зависит разный подход к детям.

- Ребёнку с сильной нервной системой нужно строить обучение (да и обычную родительскую беседу) от простого к сложному. За это время малыш успеет “включиться” в беседу, войдёт в нужный режим, и его внимание будет полностью сосредоточено на предмете обсуждения.
- Ребёнку со слабой нервной системой необходимо строить обучение в обратном порядке - от сложного к простому. Поскольку такой ребёнок сразу сосредоточен на обучении, нужно к этому обучению тут же и переходить. Иначе, когда учитель наконец подойдёт к желанной теме обсуждения, концентрация ученика будет витать в облаках.

Любопытна и разница степени влияния так называемых “дедлайнов”, если говорить по-взрослому, или “страха перед завтрашней контрольной”, когда мы говорим о детях, на работоспособность человека.

Так, если начать “запугивать” страшной контрольной, обилием новой информации, строгой учительницей ребёнка с сильной нервной системой, то можно получить прекрасный эффект. Такой малыш, работая обычно не в полную силу, “мобилизуется”, сосредотачивается и начинает “выдавать” отличные результаты.

Если же для острастки напугать предстоящими сложностями в контрольной работе, поставить “для острастки” плохую отметку, прилюдно отругать ученика со слабой нервной системой, то от всех этих действий можно получить только печальные последствия. Ребёнок начинает либо сильно переживать и нервничать, потеряв возможность концентрироваться на объекте изучения, либо демонстративно саботировать указания, злиться и срывается.

Что же делать?

Если перед вами ребёнок с сильной нервной системой, при общении и обучении следует помнить некоторые правила.

- если предстоит какая-либо однообразная деятельность - воспитывайте в ребёнке усидчивость и терпение, но всё же, если возможно, старайтесь данный вид деятельности как-то разнообразить, делайте короткие перерывы;
- контролируйте выполнение ребёнком тех работ, где наличествует поэтапная деятельность. Воспитывайте в ребёнке способность выполнять последовательную работу;
- можно использовать выговор и строгий тон в качестве порицания за плохой поступок или допущенную ошибку.

Если предстоит беседа или обучение с малышом - обладателем слабой нервной системы, следует помнить, что:

- упорядоченная деятельность - его “конёк”, однако, при этом, ребёнок быстро устаёт, поэтому перерывы и смена деятельности необходимы;
- привлекайте ребёнка к разнообразной деятельности, дайте возможность прочувствовать, в чём он действительно хорош;
- совет для преподавателей: опрашивайте таких детей в начале урока или учебного дня;
- не критикуйте малыша особенно строго в случае неудач и ошибок.

Нервная система: быстрая или медленная?

Также все люди делятся по степени возбудимости нервной системы: на обладателей подвижной нервной системы и обладателей с инертной нервной системой.

Ребёнок - носитель подвижной нервной системы - всегда активен, подвижен, интересуется всем и вся, быстро, и часто неразборчиво, говорит, работает “вне графиков”, но в то же время не собран и долго “готовится” к предстоящей работе. Ребёнок с инертной нервной системой - полная противоположность: может принимать участие в активной деятельности, однако спокоен, сдержан и последователен, общается неторопливо, самостоятелен.

“Подвижный” ребёнок любит новую информацию и предпочитает её, чем повторение старых тем. Быстрая смена деятельности, смена условий, высокий темп и способность работать, когда все “ходят вокруг на ушах” - сильные стороны такого человека.

“Инертный” ребёнок любит тихую спокойную обстановку, в которой он с радостью погрузится в чтение, домашние задания или обучение. Хоть и отвлекается на мелочи, такой малыш самостоятелен и любит индивидуальные задания, активен при повторении и закреплении прошлых тем, на неожиданные вопросы отвечает с трудом. Медленно “разогреваясь”, “инертный” малыш долго может работать, но не способен на многозадачность.

Что же делать?

Если перед вами ребёнок с подвижной нервной системой, следует помнить, что:

- необходимо разнообразить работу для такого малыша, иначе потеря интереса обеспечена,
- необходимы перерывы в работе,
- если хотите донести до малыша важную информацию - концентрируйте информацию, переходите к делу сразу, иначе, вполне возможно, конец вашей “лекции” услышан не будет.

Если перед вами ребёнок с инертной нервной системой, следует помнить, что:

- не стоит требовать от ребёнка решить что-то “здесь, сейчас и немедленно”, дайте время на обдумывание и подготовку ответа;
- не переживайте, если малыш трудится или играет в одиночестве - ему так комфортно;

- любители долгих бесед? Такой ребёнок - ваша находка!
-

Что дальше?

А дальше ещё интереснее: ведь эти типы нервной системы ещё и сочетаются между собой! Таким образом, ребёнок может быть, например,

- очень подвижным и быстро устающим,
- или усидчивым, но всё же утомляющимся,
- или активным и не устающим никогда,
- или спокойным и сохраняющим энергию.

Логика сочетаний ясна. Что же делать в таком случае и какие ошибки делают родители в большинстве случаев?

А ошибки следующие: во-первых, не учитывают особенности своего ребёнка, во-вторых, пытаются его “сломать”. Родители часто, ещё до появления в семье ребёнка, решают, каким их малыш должен быть. Строительство подобных планов распространяется не только на выбор имени и подбор одежды, но и выбор увлечений и типа деятельности за ребёнка. То есть если папа видит своего будущего сына великим футболистом, то в положенный срок он записывает малыша в секцию. И абсолютно не обращает внимание на то, что ребёнок с удовольствием остаётся наедине с книжкой в руках в своей комнате, не очень-то любит шумные компании и быстро утомляется. Итог же от подобных действий, к сожалению, может быть печальным: вместо тренировки “быть мужчиной” (по мнению отца), ребёнок постоянно чувствует себя не в своей тарелке, не любит заниматься тем, что ему навязали, может начать отставать в школьном обучении (из-за банальной нехватки энергии!), испытывать проблемы с памятью и станет подвержен “срывам”.

Как же, учитывая особенности нервной системы ребёнка, поступить правильно? Ведь для развития малышу просто необходимо посещать кружки и общаться с другими детьми!

Ответ логичен и прост: используйте знания о силе и степени возбудимости нервной системы ребёнка, подбирайте и организовывайте занятия с учётом этой информации.

Например, если ваш ребёнок - обладатель инертной нервной системы и, соответственно, не может выполнять домашнюю работу в шуме, то старайтесь организовать ему спокойную обстановку на время его учебной деятельности. В идеале: отдельная комната с минимумом отвлекающих факторов типа игрушек на рабочем столе, включённой приставки и бегающего рядом домашнего животного. Если же предоставить отдельную комнату нет возможности, то

поговорите с остальными жильцами квартиры и старайтесь не шуметь в данное время, выключите телевизор, не общайтесь на повышенных тонах. Если же ребёнок - гордый “носитель” подвижной нервной системы, предпочитающий, чтобы вокруг кипела жизнь, не гоните его в отдельный угол. Позвольте такому активному малышу делать домашнюю работу рядом с вами, даже если вы в этот момент варите борщ или общаетесь с бабушкой.

Как определить, какая нервная система у моего ребёнка?

Верно определить, обладателем какого типа нервной системы является ваш ребёнок, можно двумя способами. Первый, пожалуй, самый простой и надёжный способ - обратиться к специалисту, который выявит особенности при помощи специальных методик. Второй, подходящий любому родителю - самостоятельное наблюдение за собственным чадом и его реакциями.

Если вы решили самостоятельно определить тип нервной системы ребёнка, то следует придерживаться некоторых правил.

Внимательно понаблюдайте за ребёнком в комфортной для него обстановке.

Исключите из наблюдения ситуации, когда малыш собирается в школу, опаздывает на секцию или вынужден готовить домашнюю работу за 20 минут, потому что потом нужно бежать на урок английского языка.

Выберите для наблюдения выходной день, когда у ребёнка много свободного времени и он сам выбирает для себя вид деятельности.

При наблюдении обращайте внимание на следующее:

- какой тип деятельности выбрал ваш ребёнок?
- малыш работает/играет самостоятельно или привлекает к своей деятельности других людей?
- насколько вдумчиво ребёнок поглощён процессом, часто ли отвлекается?
- как долго малыш делает то, что ему нравится?

Полученные “показания” постепенно откроют вам тип нервной системы ребёнка. И вот тогда, обладая информацией, можно смело пользоваться рекомендациями согласно конкретного типа.

Если ребёнок с инертной нервной системой, остановите свой выбор на одной секции или кружке, множество тренировок и учёбу в школе он не потянет.

А если, например, ребёнок обладает инертной, но сильной нервной системой, то, ко всему прочему, остановите свой выбор на таких занятиях, где процесс будет чётко структурирован и разбит на равные по нагрузке части, например занятия робототехникой.

Подытожим. Не стоит сравнивать успехи или поведение своего ребёнка с достижениями соседнего малыша. Все дети разные и у каждого ребёнка есть определённые способности, нужно только их заметить. Если развивать детей согласно типу их нервной системы, то отличное самочувствие, настроение и успехи в занятиях не заставят себя долго ждать.