

Елизавета
Филоненко



#БОЛЬШАЯ КНИГА РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ:

Подготовиться к школе

Развить свои уникальные
способности

Научиться правильно
общаться

Сформировать
мотивацию к обучению

Избежать проблем
адаптации

АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИИ

А для РОДИТЕЛЕЙ



Академия психологии для родителей

Елизавета Филоненко

**Большая книга родителей
будущих первоклассников**

«Издательство АСТ»

2017

УДК 372.3/4
ББК 74.102

Филоненко Е. Н.

Большая книга родителей будущих первоклассников /
Е. Н. Филоненко — «Издательство АСТ», 2017 — (Академия
психологии для родителей)

ISBN 978-5-17-105790-9

Родители дошкольников и младших школьников! Эта книга – для вас! Учеба – самая сложная работа в жизни ребенка, и большинство родителей в наши дни начинают готовить свое чадо к школьному обучению чуть ли не с пеленок. В ход идут различные методики «раннего развития» и развивающие пособия, призванные обеспечить первокласснику успешный школьный старт, развить в нем лидерские способности и сформировать гармоничную личность. Однако чаще всего старания взрослых приводят к обратному результату – увы, современные дети не хотят учиться, не умеют общаться, отдают предпочтение не книгам и подвижным играм, а гаджетам, и школа для них становится источником постоянного стресса. Существует ли выход из этого тупика? Да. Дверь в успешное будущее для дошкольника открывают пять ключей: социальный интеллект, эмоциональный интеллект, произвольность и мотивация, физическое развитие и интеллектуальные навыки. Обо всех тонкостях и секретах развития этих сфер рассказывает детский психолог и специалист в семейной психотерапии Елизавета Филоненко.

УДК 372.3/4
ББК 74.102

ISBN 978-5-17-105790-9

© Филоненко Е. Н., 2017
© Издательство АСТ, 2017

Содержание

Ориентиры воспитания дошкольника	7
Главный принцип воспитания	8
Эксперимент «Чего я хочу от ребенка»	8
Ребенок должен сделать то, чего я не могу	9
Почему ребенок не следует моему примеру?	9
Пять ключей	11
Результат воспитания: за что в конечном итоге отвечают родители	13
Натура ребенка: власть природы	13
1. Фон настроения	13
2. Порог реакции	14
3. Реакция на новое (приближение – удаление)	14
4. Адаптивность	15
5. Интенсивность реакции	15
6. Ритмичность	15
7. Уровень активности	15
8. Отвлекаемость	16
9. Настойчивость	16
Кластеры: сочетания природных черт	17
Ребенок-гений: взрослые игры	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Елизавета Филоненко

Большая книга родителей будущих первоклассников

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ

© Филоненко Е. Н., 2017

© ООО «Издательство АСТ», 2018

Родители – не дизайнеры внутреннего мира ребенка, они только помощники, которые должны способствовать его гармоничному, максимально естественному развитию.

Елизавета Филоненко

Ориентиры воспитания дошкольника

Дети, о которых пойдет речь в этой книге, – дошкольники. Изначально книга была задумана для помощи родителям учеников младших классов, ведь известно, что именно в этот период у ребят возникает множество проблем, а их мамы и папы много нервов тратят на преодоление препятствий на пути к успешному обучению своих отпрысков. Однако всем известно, что проблемы проще предотвратить, чем решать, а сложности, которые дают о себе знать в школе, на самом деле зарождаются раньше, еще на этапе дошкольного детства. И к первому классу проблемы уже готовы, даже если еще не проявили себя. Поэтому максимальный эффект будет от работы, проведенной именно в период подготовки к школе, задолго до поступления в первый класс. При правильном подходе школьный старт проходит проще и того, что называется «школьными проблемами», зачастую удается вообще избежать.

Поэтому свою книгу о подготовке к школе я начинаю с периода, в котором первые мысли о школьном обучении только появляются у родителей. В этом возрасте у детей обычно еще никаких актуальных проблем нет, но для них активно создается фундамент. И в этой книге я расскажу о пяти ключах к успешному школьному обучению.

Конечно, счастье – не только в хорошей учебе. Я не предложу вам свести личность ребенка к роли ученика и оценивать его успешность и жизненные перспективы исключительно по школьным отметкам. Часто школьная успеваемость не оказывает прямого влияния на дальнейшую жизнь человека, примеров тому достаточно. Но все-таки школа занимает 11 лет жизни ребенка, очень важных лет. Большинство ребят идут учиться и после школы, и время, отданное учебе, увеличивается еще на несколько лет. Учеба – непростое дело, есть даже мнение, что это самая сложная работа в жизни. Справедливо было бы подготовить ребенка к этому важному, непростому и длительному этапу жизни – этапу, когда основные его силы и время тратятся на учебу.

Кроме учебы в жизни ребенка есть много интересного: общение с друзьями и родными, хобби, мечты и творчество. Это очень важные стороны жизни, возможно, они и определяют, каким станет ребенок в дальнейшем. Однако все это – более свободные области, часто большие дающие ребенку, чем требующие от него. Школа же – почти неизбежная данность, школа предъявляет к ребенку много требований, волей-неволей ему необходимо в школе работать, соответствовать определенным критериям. А для того чтобы это делать успешно, то есть гармонично для самого себя и соотносясь с требованиями реальности, нужно иметь прочные основы характера. Об этих основах мы и поговорим.

Главный принцип воспитания

В наши дни в распоряжении родителей поистине космическое количество литературы о воспитании. На нас идет прямо-таки лавина советов, как воспитать счастливого и успешного человека. Часть из них пустовата, есть откровенно бесполезные вещи, часть очень актуальна и полезна. Можно выбрать в соответствии с ситуацией на свой вкус что-то подходящее.

Однако в реальности людей, которые могут похвастаться успешной воспитательной стратегией, немного. Отчасти это происходит оттого, что не особенно довольные жизнью, не процветающие и несостоявшиеся (то есть самые обыкновенные) люди сплошь и рядом стремятся выращивать «счастливых победителей и лидеров», а это в принципе невозможно. Родители, не обладающие нужными качествами и не являющиеся примером счастливой и полноценно развитой личности, не могут воспитать счастливых и высокоразвитых детей. В воспитании детей люди, как правило, воспроизводят самих себя, то есть их дети функционируют в личном и профессиональном плане примерно на том же уровне, что и они сами. **Поэтому главный ориентир в воспитании ребенка – личное развитие.**

Будь самим собой, ищи собственный путь, познай себя прежде, чем захочешь познать детей. Прежде чем намечать круг их прав и обязанностей, отдай себе отчет в том, на что ты способен сам. Ты сам тот ребенок, которого должен раньше, чем других, узнать, воспитать, научить. Одна из грубейших ошибок – считать, что педагогика является наукой о ребенке, а не о человеке.
Я. Корчак

Не боритесь с недостатками ребенка, отводя глаза от своих собственных. Лень, инертность, узость интересов, падкость на удовольствия, грубость, истеричность – все это наши дети перенимают от нас, а не «приносят с улицы» и не «берут из Интернета».

Эксперимент «Чего я хочу от ребенка»

Выпишите 10 типичных требований, которые вы предъявляете ребенку. Среди этих требований могут быть и те, которые ребенок обычно выполняет, и те, которые он не склонен выполнять, пропускает мимо ушей.

Например, вы требуете от ребенка:

- 1. Убирать за собой вещи.*
- 2. Выбирать для еды полезные продукты.*
- 3. Заниматься зарядкой.*
- 4. Читать полезные книги.*
- 5. Учить уроки и т. д.*

На втором этапе эксперимента задайте себе вопрос: делаю ли я то, чего требую от ребенка?

Не во всех случаях можно так прямо ответить на этот вопрос, но в большинстве случаев можно найти аналоги требований к детям в жизни взрослых. Так, например, вы не можете делать уроки, так как нигде не учитесь, но спросите себя: не откладываю ли я постоянно дела по работе, которые должны быть сделаны? Не избегаю ли я обучения, которое мне давно нужно пройти?

Результаты этого эксперимента могут быть различными.

Ребенок должен сделать то, чего я не могу

Возможно, вы обнаружите, что требуете от ребенка действий, на которые сами не способны. Например, вы требуете от ребенка перестать таскать сладости, не чувствуя в себе сил отказаться от десерта. Или вы настаиваете, чтобы он читал книги, но сами давно только смотрите видео в социальных сетях. Или вы требуете от ребенка усилий в учебе, тогда как годами не можете выполнить данное себе обещание подтянуть английский. Или вы выталкиваете ребенка в общение, при этом сами болезненно стеснительны. Или вы разбрасываете свои вещи, но требуете от ребенка, чтобы он убирался.

- Когда родители жалуются на необходимость идти на нелюбимую работу, они подают ребенку пример отношения к своим обязанностям в жизни.
- Когда родители ничего не делают для собственного развития в профессиональной и личной областях, они учат ребенка быть пассивным.
- Когда родители проводят за одним из многочисленных экранов все свободное время, они моделируют для ребенка образец времяпрепровождения.
- Когда родители недовольны большими домашними заданиями в школе или ждут не дождутся каникул, чтобы самим отдохнуть, они учат ребенка ненавидеть свою учебу и стремиться к безделью.

В детской спортивной секции были организованы параллельные занятия для родителей – растяжка, несложная гимнастика. Взрослым предлагалось не сидеть час, ожидая ребенка, а провести время с пользой, причем занятия для взрослых были бесплатными. Только двое из пятнадцати посещали занятия для взрослых, остальные родители предпочитали сидеть и пристально наблюдать за занятиями детей, энергичными жестами периодически призывая их к порядку. Многие из родителей при этом были весьма требовательны к старательности детей на занятии. Взрослым проще было следить, чтобы дети действовали правильно, нежели напрягаться самим.

В следующий раз, когда вы будете готовы отругать ребенка за то, что он не хочет делать свою работу «на отлично», задайте себе вопрос: а делаю ли я сам свою работу в жизни «на отлично»? Развиваюсь ли я в своей профессии, изучаю иностранные языки, занимаюсь спортом, читаю действительно хорошие книги, увлекаюсь искусством, поддерживаю вокруг себя гармонию и порядок, умею ли владеть эмоциями? Большинство людей, если они захотят быть честными с собой, признают, что это не так. Взрослые часто пассивны в своей жизни, инертны, но они требуют наилучших результатов от своих детей.

Нелишне будет задаться вопросом, с какой стати ребенок будет делать то, чего не можете или не хотите делать вы? Он такой же человек, ему тоже трудно и лень, а возможности мотивировать себя гораздо меньше, чем у вас.

Почему ребенок не следует моему примеру?

А что, если вы обнаруживаете, что большинство требований, которые выставляете ребенку, вы выполняете сами? Если дети согласны с вашими требованиями, то примите мои поздравления – это отличный результат, которым наверняка вы и сами довольны. Но бывает так, что большинство требований ребенок игнорирует, несмотря на очевидный положительный пример родителей.

Есть две причины, которые могут приводить к такой ситуации.

Эффект встречной ролевой дополненности.

Эффект ролевой дополнительности проявляется сплошь и рядом в отношениях родителей и детей. Например, родители очень ответственны, включены в школьные занятия, а ребенок пассивен и безответственен. **Родители в таком случае подменяют своей активностью деятельность ребенка, и его ответственность и инициатива не развиваются.**

Родителям, которые с энтузиазмом делают школьные проекты вместо ребенка, не стоит ждать, что в один прекрасный день они увидят такой же энтузиазм у самого ученика. Другой пример: ребенок с задержкой развития речи часто воспитывается очень энергичными родителями, которые при любой попытке ребенка сказать нечто, стремятся пояснить, что он имел в виду, не давая ему освоить новый уровень речи, просто оберегая его от необходимости развивать речевой навык.

Примеры подмены и замещения деятельности ребенка родительской активностью можно приводить бесконечно. На днях я наблюдала сцену в кафе: мама, нырнув под стол, энергично натягивала на своего ребенка (по виду, как минимум первоклассника) зимний комбинезон и ботинки. Мальчик при этом не только не помогал матери, но и не проявлял ни малейшего интереса к происходящему, меланхолично разглядывая потолок. Нет никаких сомнений, что мама считала ребенка «несамостоятельным».

Если вы слишком активны, у ребенка не разовьются те качества, которые вы подменяете. Он не станет внимательнее, если пара зорких материнских глаз следит за каждой его ошибкой, он не станет ответственнее, если его все время страхуют и не дают столкнуться с последствиями его поступков. Он не разовьет инициативу и тягу к познанию, если родители пичкают его информацией, еще им не востребованной и не принимаемой.

Родители на дистанции от ребенка.

Если вы активны, общительны и любознательны, а ваш ребенок пассивен, замкнут и ничем не интересуется, то есть совсем на вас не похож, можно подумать о том, что свои лучшие качества вы проявляете вдали от ребенка, а его фактически воспитывает кто-то другой. Вы его родитель, но НЕ воспитатель.

В семье Константина и Марины было двое мальчиков. Старшему 14, младшему 10. Родители работали, имели успешную карьеру, занимались спортом, саморазвитием, вели активную социальную жизнь. Семья обратилась к психологу с вопросом, который касался детей: у младшего были социальные трудности, не мог общаться с детьми, старший был чрезмерно пассивен, имел проблемы с лишним весом. Родители были в отчаянии: дети не унаследовали ни их прекрасных качеств, ни стиля жизни. Выяснилось, что возможности непосредственно воспитывать детей у родителей никогда не было, этим занимались няни и преподаватели. Никто из нанятого персонала не был заинтересован в гармоничном развитии личности мальчиков, каждый занимался передачей своей порции знаний.

Если вы рассчитываете всерьез повлиять на развитие своего ребенка, надо быть рядом с ним, общаться, передавать свои взгляды и видение мира.

Некогда воспитывать сына – значит некогда быть человеком.

В.А. Сухомлинский

Наибольшее влияние на ребенка будет иметь тот человек, кто ближе к нему. Кто это будет? Няня, бабушка, старший брат? Если вы оставили ребенка на попечение третьим лицам, то не удивляйтесь, что он будет «весь в няню». Все отговорки по поводу того, что вы были слишком заняты для того, чтобы растить собственных детей, не смогут вас утешить, когда вы увидите результаты своих выборов.

Пять ключей

Помимо личного примера взрослых, который не всегда является блестящим образцом для ребенка, родители в воспитании сталкиваются и с другой проблемой – **отсутствием системного подхода**.

Познания большинства людей в психологии, в частности психологии воспитания, весьма поверхностны, разрозненны, часто это обломки устаревших психологических теорий или искаженные популяризаторами факты. Обычно это адская смесь советов, «лайфхаков», красивых гуманистических идей о любви к ближнему и страшилок от психологии.

Эти разрозненные советы не связаны системой, они хаотично существуют внутри мозга и скорее создают шум, нежели освещают путь.

В итоге у человека создается совершенно ложное впечатление, что он много знает о психологии, потому что много читал. Стандартный комментарий при обращении к психологу для решения проблем: «Я много читаю психологической литературы».

Информация, которую человек получает, не всегда становится знанием. Советы без опоры на глубокое понимание закономерностей развития ребенка приносят не много пользы, а понятые ложно могут и навредить.

Родители стремятся туда, куда указывают модные психологические веяния: то укреплять привязанность, то развивать интеллект, то освободить детей от требований, то помогать им эмоционально выражать себя. **А между тем, за последние десятилетия ничего принципиально нового в психологии развития человека открыто не было, так что нет никаких оснований для педагогических революций.**

Воспитывая ребенка – дошкольника (именно об этом возрасте пойдет речь), нужно не просто руководствоваться отдельными симпатичными советами, а **представлять общее поле развития ребенка. Уделив внимание одному направлению, но упустив из виду другие, вы исказите общий результат воспитания. Так, уделяя большое внимание интеллектуальному развитию дошкольника, но игнорируя физическое, вы повлияете на общий исход дела. Или сконцентрировавшись на развитии навыков у ребенка, но оставив без внимания его социальную компетентность, вы также получите не лучший результат.**

Для успешного воспитательного воздействия на ребенка, нужно охватывать пять областей:

- СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ;
- ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ;
- МОТИВАЦИЯ И ПРОИЗВОЛЬНОСТЬ;
- ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ;
- ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ НАВЫКИ.

В каждой из этих областей происходят важные возрастные изменения, о которых я расскажу в соответствующих главах.



Каждая область является ключом к успешному школьному старту, сочетание всех пяти ключей – гарантия того, что ребенок сможет учиться в школе без внутренних противоречий.

Фокус внимания книги – подготовка ребенка к школе. Основы воспитания рассматриваются в применении к этой важной области.

Помогая ребенку развить свои способности в пяти основных областях, вы заложите хорошую основу для его школьных успехов. Однако понимания сущности развития ребенка в пяти главных областях достаточно и для выстраивания общего направления воспитания, подготовка к школе является только частной задачей.

Все пять ключей взаимосвязаны и, занимаясь одной областью, вы косвенно влияете на остальные. Так, занимаясь эмоциональной грамотностью ребенка, вы улучшаете его интеллект. Посвящая время физической активности, вы оказываете влияние на его интеллект, мотивацию и развитие произвольности поведения.

Результат воспитания: за что в конечном итоге отвечают родители

Могут ли родители полностью отвечать за характер и успехи своего ребенка? И где кончается ответственность родителей и начинается непреодолимая власть обстоятельств?

Ответственность родителей кончается там, где кончается их власть. Выпуская ребенка в мир, надо, к сожалению, смириться, что воздействовать на него будете не только вы. И другие люди будут воздействовать на него не так, как кажется правильным вам, а так, как считают нужным они, это условие жизни ребенка среди людей.

Огромное количество нервов, энергии, времени тратится родителями на то, чтобы заставить **других людей** воздействовать на ребенка «правильно». Вы можете пытаться убедить бабушку не баловать внуков, мужа – проводить с детьми больше времени и не орать на них, воспитателя – обучиться хотя бы азам современного подхода к детям. И все это не срабатывает, отношения становятся все хуже, а власти над ситуацией у вас все меньше. Люди, которых вы пытаетесь учить, мало того, что не слушаются, так еще и критикуют вас, замыкаются, не понимая ваших добрых побуждений и близоруко не замечая мудрости ваших слов. Реализуя этот изначально провальный проект, вы должны понимать, **что действуете уже за пределами своей власти в ситуации, нарушаете границы других людей.** Нарушение границ чревато конфликтами.

Ваша власть над миром ребенка кончается там, где начинаются другие люди, также претендующие на его внутренний мир и обстоятельства жизни. Ничто не мешает няне, бабушке или вашему супругу передавать ребенку свою жизненную философию.

Вы можете отвечать только за то, как *вы сами* общаетесь с ребенком, какие отношения складываются с ним *лично у вас*. На деле же нередко мы игнорируем собственные проблемы в отношениях с детьми и концентрируемся на том, чтобы спасти их от пагубной власти «других». Так, например, мама может закрывать глаза на то, что ребенок замкнулся от нее, не идет на контакт, но переживать о том, что отец с ним слишком суров, а, допустим, бабушка чрезмерно критична.

Натура ребенка: власть природы

Родителям не дано изменить **природный темперамент ребенка**. Нельзя сделать его поспокойнее или, наоборот, поживее по вашему усмотрению. Нельзя изменить остроту его реакции и скорость привыкания к новому.

Исследования темперамента ребенка, его врожденных свойств проводятся психологами давно, наиболее полное и известное исследование принадлежит ученым-психологам А. Томасу и С. Чессу. Они подытожили свои эксперименты, выделив 9 параметров, которые описывают природные данные ребенка.

С первых дней жизни, еще до влияния воспитания, дети различаются по следующим параметрам.

1. Фон настроения

Некоторые дети просыпаются с улыбкой. Это большой подарок родителям, как правило, он не имеет ни малейшего отношения к воспитательным талантам взрослых. Дети от природы делятся на тех, у кого есть тенденция к негативным эмоциям и, наоборот, счастливых, которые

преимущественно настроены позитивно. Родители первых часто говорят о своих детях: «Ему всегда все плохо!», часто винят себя в том, что не могут создать позитивный эмоциональный фон ребенку.

Счастливые же родители детей, склонных к позитивной реакции на мир, могут переоценивать свой педагогический талант, считая себя главной причиной счастья ребенка. Вероятно, обе категории могут ошибаться, большая роль в этой области принадлежит натуре ребенка: его склонность к позитивным или негативным эмоциям определяется природой.

Не стоит ругать ребенка за то, что он «плакса». Конечно, нужно учить ребенка формировать и поддерживать хорошие эмоции, помогающие жить. Но ему вряд ли помогут регулярные напоминания, что он «нытик» и всегда ревет.

О том, как культивировать позитивные эмоции и создавать эмоции, помогающие работать, подробнее написано в главе, посвященной **ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ ИНТЕЛЛЕКТУ**.

2. Порог реакции

Этот показатель определяет, насколько сильным должно быть какое-либо событие, чтобы вызвать реакцию ребенка. Дети с высоким порогом реакции могут почти не реагировать беспокойством на самые значительные стимулы: яркий звук, давление, свет и прочее (разумеется, при нормальном функционировании органов чувств). Такие дети могут не обращать внимания на физический дискомфорт долгое время. Напротив, дети с низким порогом реакции будут болезненно реагировать на малейшие изменения, неудобства, доставляемые физическим миром: запахи, физическое давление и проч.

Часто так называемые «капризули» и «нытики» как раз относятся к детям с низким порогом реакции, им действительно доставляет дискомфорт то, чего другой ребенок даже не замечает.

Разумеется, одна из главных задач воспитания – сформировать у ребенка определенную устойчивость к помехам, дискомфорту. Без этого жизнь становится скоплением больших и маленьких неприятностей. Но, работая вместе с ребенком в этом направлении, нужно понимать, что мы имеем дело с разными стартовыми возможностями детей, и не претендовать на программирование ребенка в удобном взрослому направлении.

3. Реакция на новое (приближение – удаление)

Дети по-разному реагируют на новое: людей, игрушки, обстоятельства, места. Некоторые дети испытывают положительные эмоции и охотно приближаются к новому. Другие дети предрасположены к негативной реакции на новое и склонны скорее отстраняться от него (реакция удаления).

Характеристику приближения – удаления важно учитывать, когда вы стоите перед выбором – подталкивать ли ребенка к контактам с новыми людьми или к участию в незнакомых мероприятиях. Люди по-разному реагируют на новое, не стоит насильно толкать ребенка в контакты, к которым он не готов, настойчиво предлагать новую еду и прочие изменения.

Форсированием контакта ребенка с новым особенно грешат родители маленьких детей. Они наблюдают, как их малыш испуганно стоит в стороне на детском утреннике или не осмеливается приблизиться к новым предметам. И решают «помочь» ребенку освоиться, буквально физически волоча его к этим новым явлениям. Это медвежья услуга, так можно только усилить негативную реакцию ребенка и еще больше отвести его от нового, которое и без давления вызывает у него опасения и желание отстраниться.

4. Адаптивность

Этот параметр близок к предыдущему с той разницей, что адаптивность означает скорость привыкания к новому. Реакция **приближения – удаления** относится к первоначальному ответу ребенка на новое, а **адаптивность** отражает то, насколько быстро первоначальная реакция сменяется устойчивым привыканием к новому. Так по характеристике приближения – удаления ребенок может быть ближе к реакции удаления от новых стимулов, а адаптивность иметь довольно высокую, привыкать к новому быстро.

Дети с низкой адаптивностью могут привыкать к новому очень долго. Так, ребенок может ходить в детский сад больше года, так и не привыкнув к нему окончательно.

Детям с низкой адаптивностью лучше реже менять окружающие обстоятельства, еду, распорядок дня, школы и детские сады. Также они могут стабильно тяжело чувствовать себя (и вести себя соответственно) в отпуске, даже если вы едете на райские острова.

5. Интенсивность реакции

Некоторые дети вкладывают много психической энергии во все, что они делают, это дети с высоким уровнем энергичности. Природой им отпущено больше энергии на все чувства и проявления. Такие дети ярко радуются, но и громко переживают негативные чувства, их ответ на события мира всегда интенсивный. Реакция других детей более стертая, часто это дети, с которыми спокойнее родителям.

Не всегда тихий и спокойный ребенок – заслуга воспитателей, а ребенок крикливый и шумный – недостаточно воспитан. Часто это природная данность.

6. Ритмичность

Ритмичность означает степень регулярности соматических процессов ребенка. Насколько ритмично или, наоборот, хаотично ребенок хочет есть, просыпается и засыпает, чувствует усталость – определяется природой ребенка. Дети, имеющие высокие показатели ритмичности, в одно и то же время просыпаются и засыпают, чувствуют голод и усталость. Установить таким детям режим очень просто, вполне справедлив в таком случае совет – просто понаблюдать и построить режим дня в соответствии с природным ритмом ребенка. Но такой совет подойдет далеко не всем, за детьми мало ритмичными от природы практически бесполезно наблюдать, их природные ритмы разнообразны, они каждый день существуют в новом ритме.

И тем и другим детям режим полезен, он создает основу для успешной работы нервной системы. Не стоит жить хаотичной жизнью, даже если ваш ребенок неритмичен от природы. Большинство людей координирует свои действия с помощью выработанных совместных ритмов. Если ребенок вырастает без понятия о нормальном режиме, ему трудно встраиваться в любые общественные институты. **Так, ребенок, не привыкший к режиму сна и бодрствования, будет иметь дополнительные трудности при адаптации к саду или школе. Непривычная ритмичность будет для него добавочным стрессом.**

7. Уровень активности

Есть дети, которые залезают на шкафы, раскачиваются на шторах, носятся на детских площадках с умопомрачительной скоростью, и их трудно дисциплинировать даже очень умелым воспитателям. Есть и другие, которые тихонько играют, медленнее передвигаются, с ними

меньше хлопот. Количество видов поведения, которое ребенок запускает в определенный промежуток времени, – это и есть уровень активности.

Воспитывая ребенка, организуя его досуг, нужно учитывать его природный уровень активности. Активные дети хуже переносят однообразие, они хорошо выдерживают высокий темп жизни. Ребенок с меньшей активностью будет испытывать значительный стресс, если его сильно тормозить. Не все во власти родителей, если даже вы очень хотите своему ребенку непременно «драмкружок, кружок по фото», все же вам придется сообразовывать свои мечты с природным уровнем активности ребенка. В противном случае вас ждут плохие результаты.

Значительные трудности могут возникать, если уровень активности ребенка и родителя разные: допустим, родитель из активных, а ребенок из малоактивных по природе людей. Родитель готов горы свернуть, успевает сделать тысячу дел за день, а ребенок с трудом переходит от одного дела к другому, довольно инертен в поведении. Родитель в таком случае может думать, что воспитанием он должен сделать ребенка активнее, или обвинять окружающих, что те не привили ребенку должной энергичности. Это не всегда так, определенный уровень активности – качество, присущее каждому ребенку с самого рождения.

8. Отвлекаемость

Прежде всего, повышенная отвлекаемость в целом характерна для детей, особенно для детей раннего возраста. Подробнее об этом можно узнать из книги *«Воспитание ребенка от 1 до 3 лет: переагрузка»*. Высокая степень переключаемости и совсем непродолжительная по времени концентрация внимания – норма для детей раннего возраста и дошкольников. Поэтому не стоит считать, что ваш трехлетний ребенок невнимательный, только потому, что он не может усидеть на месте более пяти минут. Это просто нормальный ребенок.

Но и в рамках нормы есть дети более и менее отвлекаемые, есть те, чье внимание абсолютно пластично, и есть те, кто все же больше склонен к фиксации на предмете или эмоции.

Если ваш ребенок может продолжительно сидеть за одним занятием, его трудно успокоить и отвлечь от неприятных переживаний – он относится к группе с низкой отвлекаемостью. Если же, наоборот, ребенка легко отвлечь от переживаний и он меняет направление своей деятельности каждые несколько минут – вы родитель ребенка с высокой отвлекаемостью.

Отвлекаемость имеет отношение к работе нервной системы, ее нельзя изменить по щучьему велению. **Всем детям полезно вырабатывать усидчивость, но не стоит ругать ребенка за то, что он слишком неусидчив. Не все в его власти, дети изначально имеют разные уровни по шкале отвлекаемости.** Помогать ребенку нужно, учитывая реальную картину, а не ориентироваться на идеальные (как правило, выдуманные) образцы.

Идеальный критерий при выработке любого навыка, в том числе усидчивости – сегодня могу сделать *чуть больше, чем вчера*. Если движение есть, значит, навык развивается, обучение успешно.

9. Настойчивость

Наконец, настойчивость, способность длительное время следовать своим интересам в игре или творческой деятельности, характеристика, близкая к предыдущей, отчасти перекрывающая ее. **Настойчивость не имеет отношения к истерическим требованиям детей немедленно выполнить их желания. Настойчивость имеет отношение к способности концентрироваться на задаче более или менее длительное время.**

Дети с высоким уровнем настойчивости в детстве могут выглядеть более успешными, так как у них хватает способностей достичь результата. Но те же дети могут проявлять настойчи-

вость в занятиях не слишком полезных, они склонны как бы заикаться на деле. В зависимости от дела это может давать положительные или отрицательные результаты.

Настойчивость, целеустремленность – одно из качеств, которое формируется воспитанием, его выращивание – важная педагогическая мишень. Каков бы ни был природный уровень настойчивости ребенка, ее можно и нужно развивать практикой и правильными установками. Но нельзя это делать грубо, а тем более жестоко, особенно если это идет вразрез с натурой ребенка.

В процессе воспитания и дальнейшего опыта человека любая из характеристик может изменяться. Так, например, ребенок с низким порогом реакции в результате воспитания может стать достаточно терпеливым и сдержанным, несмотря на свою натуру. Ценность выдержки и терпения, прививаемая воспитателями, может сделать свое дело, воздействовать на ребенка, и благодаря этим идеям поведение человека изменится. Но привить сдержанность такому человеку сложнее, и результатов он достигнет невысоких по сравнению с человеком с изначально высоким порогом реакции.

Несмотря на возможность воспитания, многие люди в течение всей жизни сохраняют свои природные характеристики в целом неизменными. Воспитывая ребенка, лучше не ломать его природные свойства, пытаясь насильно истребить то, что вас не устраивает в его натуре, а стараться создать мостики между требованиями реальности и природой ребенка. Если у вас растет ребенок с высокой активностью, высокой интенсивностью реакций и значительным уровнем концентрации, постарайтесь найти ему сферу деятельности, где его качества будут востребованы, например спорт. Также спорт может сыграть очень большую роль при склонности к негативному настроению, так как физическая активность порождает позитивные эмоции, которые будут в значительной мере вытеснять негативные. Если ребенок от природы трудно адаптируется, склонен к негативным настроениям и бурным реакциям, стоит сто раз подумать, прежде чем переводить его в новую, даже очень престижную школу.

Понимание природной данности позволит родителям трезво оценивать свой вклад в развитие личности ребенка. Родители – не дизайнеры внутреннего мира ребенка, они только помощники, которые должны способствовать гармоничному развитию человека, максимально соответствующего его естественному существу.

Кластеры: сочетания природных черт

Ученые-психологи А. Томас и С. Чесс собрали и проанализировали большое количество материала и обнаружили, что некоторым чертам свойственно сочетаться, выступать в связках друг с другом (кластерах), создавая определенный профиль ребенка. Было выделено три профиля.

«Трудные дети». Этим говорящим названием не без оснований выделены дети с сочетанием таких черт, как:

- высокая интенсивность реакции;
- негативный фон настроения;
- избегание нового;
- биологическая нерегулярность;
- низкая адаптивность.

Нетрудно себе представить, что иметь дело с такими детьми действительно тяжело, но это не повод махнуть на них рукой, объявив их натуру неблагоприятной. Такие дети требуют особого внимания и большого мастерства от воспитателей, родителям таких детей нужно стать настоящими профессионалами в деле педагогики. Достойное воспитание такого ребенка может

способствовать личностному росту родителя. Именно так, вероятно, и нужно воспринимать это своеобразный вызов со стороны природы.

«**Легкие дети**». Дети этой группы, напротив, – мечта любого родителя и повод для родительской гордости. Они имеют такие характеристики:

- биологическая регулярность;
- высокая адаптивность;
- позитивная реакция на новое;
- позитивный фон настроения;
- склонность к низкой интенсивности реагирования.

Существует также третий кластер «**Дети с трудностями в адаптации**». С такими детьми меньше сложностей, чем с «трудными», однако у них есть стабильные трудности при переходе к новым видам деятельности.

Им свойственны:

- негативная реакция на новое;
- медленная адаптация;
- низкая интенсивность реакций.

Как бы ни были весомы природные задатки детей, не они одни ответственны за конечный результат воспитания и формирование личности ребенка. **Природные черты ребенка находят определенный отклик у воспитателей, этот отклик в свою очередь вернется к ребенку в форме реакции на него и педагогических воздействий, которые как-то его изменят.** И этот круг повторяется бесчисленное число раз, образуя нечто вроде танца. Из этого сложного танца будет кристаллизироваться личность ребенка.

Природные особенности ребенка – наиболее очевидная причина того, почему общие советы психологов не всегда срабатывают. Рекомендации – часть научных обобщений, усредненная теория, которую надо творчески осмысливать и адаптировать для себя и своего ребенка, а не бездумно шаблонно применять. Наивна вера в то, что любой совет подойдет любому ребенку.

Наибольший успех воспитательная стратегия будет иметь, если она соответствует профилю ребенка, меняется в зависимости от особенностей ребенка и его возраста. Насколько среда и родители отвечают уникальным характеристикам ребенка, насколько воспитание может быть живой, меняющейся и чуткой системой – настолько успешным будет результат воспитания. Так, если степень соответствия среды особенностям ребенка высокая, то даже в случае «трудного» ребенка можно рассчитывать на хороший результат. И даже с так называемым «легким» ребенком можно иметь результат неблагоприятный, если среда нечувствительна к его особенностям.

Ребенок-гений: взрослые игры

Волнения родителей по поводу обучения развиваются довольно рано. Этому способствует индустрия так называемого «раннего развития». Предполагается, что чем раньше разовьется ребенок, тем лучше, потому что это откроет ему двери в успешное будущее. При этом важно, чтобы результат развития был зримым, желательно буквально измеряемым. **А значит, нужно учить ребенка тому, что легко показать: читать, считать, писать**

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.