

## Консультация для родителей и педагогов.

### «Как помочь медлительному ребенку»

(консультацию подготовила учитель-логопед Егурова А. В.  
по материалам исследований Безруких М.М.)

Не все медлительные дети одинаковы. Медлительность бывает разной, и разными могут быть причины ее вызывающие. Это может быть медлительность, вызванная врожденными, в том числе и наследственными, особенностями нервной системы, высшей нервной деятельности. Такие дети, как правило, медлительны во всем: в играх и в еде, в речи и в ходьбе, в любых движениях. Медлительность может проявляться только в определенных видах деятельности, здесь причины иные. Может быть медлительность, воспитанная условиями среды, здесь причины третьи и т.д.

Медлительных детей нередко считают ленивыми, плохо соображающими, неспособными, но оцениваются при этом не реальные способности детей, а их возможность поспевать за определенным темпом работы. Каковы же индивидуальные особенности нервной системы и как они проявляются в поведении ребенка, в его деятельности. Индивидуальные особенности нервной системы ребенка проявляются уже в 5-6 лет. В основе этих индивидуальных особенностей – свойства нервных процессов возбуждения и торможения и их различных сочетаний. Когда родители говорят о разном характере своих детей, речь, скорее всего, идет не о характере, а о темпераменте ребенка, так как характер еще только складывается. Темперамент – это совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону ее деятельности и поведения. Эти свойства личности не только наиболее устойчивы, но и достаточно четко проявляются еще до школы в виде таких основных компонентов, как общая психологическая активность, моторика, эмоциональность. Именно эти свойства определяют общую активность ребенка, темп его деятельности, ее интенсивность, способность переключаться на новый вид работы, его реакцию и пр., то есть все, что имеет большое значение при обучении, и то, что, в конечном счете, определяет, медлительный это ребенок или нет.

Существуют соотношения между типами нервной системы, особенностью нервных процессов и темпераментом ребенка, которые выделил русский физиолог И.П. Павлов. Есть определенное соотношение между темпераментом и показателями психических реакций ребенка (быстротой и силой). Это соотношение представлено в таблице:

Темперамент	Реакции	
	Быстрота	Сила
Холерик	Быстрые	Чрезмерные
Сангвиник	Быстрые	Умеренные
Флегматик	Медленные	Сильные
Меланхолик	Медленные	Слабые

Каждый из 4-х типов темперамента характеризуется своими психологическими особенностями и их сочетаниями. Однако следует помнить, что «чистые» темпераменты встречаются редко. Чаще всего в каждом человеке сочетаются черты разных типов, и можно говорить лишь о преобладании тех или других черт.

Особенности деятельности являются тем индикатором, который позволяет определить преобладание того или иного типа темперамента. Дети с сильным типом нервной системы могут достаточно долго и напряженно работать или играть, у них, как правило, высокий эмоциональный тонус, устойчивое (в пределах возрастных возможностей) внимание, хорошая способность ориентироваться в непривычной ситуации. Дети со слабым типом нервной системы, напротив, вялы, замедленны во всех действиях, они медленно включаются в работу, долго переключаются и восстанавливаются, у них, как правило, медленный темп письма и чтения, они быстро отвлекаются, не могут долго и интенсивно работать. В то же время следует подчеркнуть, что слабость и инертность нервной системы могут быть не только врожденными, но и стать результатом ухудшения состояния ребенка, связанного с нарушениями здоровья, утомлением и рядом других причин.

Как отражается свойственное ребенку соотношение процессов возбуждения и торможения, быстроты и силы реакции на его деятельности и поведении? Может быть это только теория, а на практике никакого существенного значения все это не имеет?

Понаблюдайте внимательно за детьми, и вы без труда выделите тех, у кого медлительный тип реакции, - меланхоликов и флегматиков. Они обычно робки, нерешительны, с трудом вступают в контакт со сверстниками и с взрослыми, слывут тугодумами. А над их нерасторопностью, неуклюжестью порой даже насмеются. Нередко их обижают, дразнят (особенно в детском саду). Эти дети не будут бойко отвечать на вопросы, с охотой рассказывать стихотворение или петь песню, не будут стремиться к шумным и активным играм. Они долго будут «примериваться», прежде, чем начать что-то делать. Им легче выполнять то, что уже известно, опробовано ими, нежели что-то новое. Как правило, еще до школы у этих детей накапливается опыт собственных неудач и неприятностей, связанный с медлительностью.

Понятно, что более низкая скорость – самая характерная черта медлительных людей, связанная с подвижностью их нервных процессов, отсюда и общее название – медлительные. Действительно, человек вечно спешащий, ограниченный во времени, делает все неловко, неуклюже, особенно ярко это выражено в тех случаях, когда он делает что-то новое, незнакомое.

Скорость любого действия как бы складывается из нескольких составляющих: сначала нужно сориентироваться «что делать и как делать», а уж потом приступить к непосредственному выполнению действия или движения. Но и движение, как правило, выполняется «одним махом», в процессе выполнения есть остановки (паузы).

Если подробно разобрать, как работает медлительный ребенок и почему он все делает так долго, то можно отметить следующие особенности. У такого ребенка время ориентировки гораздо продолжительнее (он, как бы больше думает, что и как делать). Фактически это связано с подвижностью нервных процессов. Так называемый латентный (скрытый) период реакции – время, проходящее от сигнала к началу действия до возникновения действия – у медлительных детей намного продолжительнее, чем у их сверстников.

Конечно, в процессе роста, развития, тренировки это время сокращается, но все же у медлительных детей оно остается более длительным, чем у их сверстников. Само движение выполняется в 1,5 – 2 раза медленнее. В этом нетрудно убедиться, если попросить медлительного ребенка постучать пальчиком по столу, считая до 10, или попросить, считая рисовать палочки, а потом дать такое же задание обычному ребенку.

У каждого человека свой оптимальный (наиболее удобный и продуктивный) темп деятельности. У медлительного ребенка темп деятельности значительно ниже. Конечно, взрослый человек может произвольно изменить темп своей деятельности и делать что-то, например, стучать по столу пальцем, быстрее или медленнее, но самый быстрый темп медлительного человека все равно будет ниже, чем у человека с высокой подвижностью нервных процессов. Ребенок 6 лет практически не дифференцирует быстрый и медленные темпы и может работать только в свойственном ему оптимальном темпе. Многие исследователи считают, что этот индивидуальный темп деятельности – врожденная характеристика, изменить которую практически невозможно. Подвижность нервных процессов определяет не только скорость самого движения. Следует напомнить, что торопить, подгонять ребенка не только бесполезно, но и вредно, так как создаются условия для развития невротических расстройств, вплоть до невроза. Важно помнить, что медлительность внешних действий, как правило, связана и с замедленными процессами умственной деятельности. Не стоит оценивать замедленный темп умственной деятельности в категориях «хорошо – плохо», ведь речь идет только о темпе, а отнюдь не о качестве умственной деятельности. При создании необходимых условий, при учете особенностей деятельности такого ребенка и, главное, при работе в оптимальном для него темпе качество и точность работы могут быть очень высокими.

Еще одна особенность в деятельности медлительных детей, о которой следует помнить, - трудность переключения на новый вид деятельности. Об этих детях часто говорят «инертны», имея в виду, что они не успевают за быстро меняющейся ситуацией, часто не понимают ее. Если вы объясняли ребенку математику, а потом вдруг «заодно» решили вспомнить, как пишется та или иная буква, то качество выполнения задания вас огорчит, потому что ребенок еще не успел переключиться, перестроиться. Точно так же он не сможет сходу ответить на ваш вопрос и немедленно дать ответ. Внешне эта трудность переключения, невозможность поспеть за быстроменяющимися заданиями, сменой деятельности может выражаться в отсутствии реакции,

ребенок, словно не реагирует. В действительности же новый стимул может прийти на то время, когда еще продолжается решение предыдущей задачи или выполнение предыдущего задания.

Родители часто спрашивают: «Пройдет ли медлительность?». Мы должны огорчить вас: у детей с низкой подвижностью нервных процессов темп деятельности всегда будет несколько ниже, чем у детей с высокой подвижностью. Эта особенность сохраняется и у взрослого. Но не стоит считать это «плохим» качеством. Работа в оптимальном темпе у такого человека может быть и высокого качества, и высокоэффективной.

#### СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ.

- Не рассматривайте ребенка, как личную трагедию, не показывайте своего огорчения и не отчаивайтесь. Принимайте ребенка таким, какой он есть.
- Вам необходимо оказывать помощь ребенку, один он не справится.
- Ваша главная помощь – сохранять душевное равновесие, воспитывая уверенность ребенка в своих силах.
- Соблюдайте четкий, размеренный режим дня.
- Не спешить, не торопить, не подгонять ребенка.
- Не работать «на время».
- Продолжительность непрерывной работы не должна превышать 15-20 минут.
- Не стремиться достичь своего любой ценой и в течение любого времени.
- Работайте только «на положительном подкреплении», поощряйте, а не наказывайте.
- Не наказывайте ребенка, запрещая ему смотреть телевизор, гулять, заниматься любимым делом.
- По возможности разгрузите ребенка, снимите все дополнительные нагрузки.
- Помните, вашему ребенку необходимо время на «раскачку». Не нервничайте и не ругайте его.
- Не конфликтуйте вечером и перед сном, не корите за долгие сборы ко сну.
- Найдите время несколько раз в неделю побегать и поиграть с ребенком в подвижные игры. Это снимет эмоциональное напряжение, настороженность и неуверенность