

Краевое государственное автономное учреждение социального обслуживания  
«Реабилитационный центр для детей и подростков  
с ограниченными возможностями»  
город Ачинск, Красноярский край

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЕДЛИТЕЛЬНОГО РЕБЁНКА



*Информацию подготовила:  
педагог-психолог  
Светлана Степановна Пупина*

Уважаемые родители, рада вас приветствовать!

Каждый ребёнок неповторим, уникален, со своими индивидуальными психологическими особенностями и собственным темпом. Одни приступают к работе без какой-либо подготовки - у них " всё в руках горит". Другие значительно медленнее подходят к решению задач они размеренно приступают к деятельности. Это так называемая медлительность или инертность. Даже если вы привыкли к особенностям своего чада и приспособились к совместным действиям, не торопясь и не раздражаясь, это часто не спасает ребенка от огорчений в детском коллективе. Ведь на групповых занятиях такие дети не успевают за остальными, хотя качество их работ ничуть не хуже. А простые ежедневные действия (одеться, умыться, позавтракать) иногда становятся для медлительных детей настоящим испытанием, да ещё и негодующий взрослый постоянно торопит.

Предлагаю подробнее разобраться в психологических особенностях медлительных детей. В чем же состоят эти особенности?

У "истинно медлительных" детей низкая подвижность нервных процессов, скорость действий почти в 2 раза ниже - это и определяет оптимальный для них темп любой деятельности и, главное, если неправильно взаимодействовать с таким ребенком, то есть большая вероятность невротизации. Наличие латентного периода – время от сигнала «делай» до начала действия, у медлительных детей гораздо больше, чем у остальных. Выделю трудность переключения (особенно быстрого) на новый вид деятельности. На первый взгляд эта трудность переключения, невозможность успеть за быстро меняющимися заданиями, сменой деятельности, может показаться просто равнодушием - ребенок словно не реагирует. В действительности же новое задание может прийти на то время, когда продолжается еще решение предыдущего задания. При ускорении темпа подачи сигналов происходит снижение количества усваиваемой информации. Медлительные дети реагируют на нагрузку не увеличением, а дальнейшим уменьшением количества усваиваемой информации, а это значит, нагрузка ведет к углублению торможения.

Трудности, испытываемые детьми с низкой подвижностью нервных процессов, накладывают отпечаток и на их характер: очень часто они становятся необщительными, замыкаются в себе (интровертность). Нельзя забывать и о том, что темпы жизни непрерывно ускоряются, современный человек должен думать и действовать быстрее, чем наши прадеды и деды.

Итак, индивидуальный темп деятельности ребенка определяется в основном врожденными особенностями его нервной системы. Однако на него могут влиять и ряд других факторов и обстоятельств: особенности внутрисемейного общения, состояние здоровья.

Особое значение имеет влияние ваших воспитательных воздействий в тех случаях, когда инертность (малая подвижность) нервных процессов проявляется как природная черта. Такие дети "удобны", они не вызывают беспокойства, предпочитают беготне спокойные сидячие игры. Из-за медлительности они сторонятся сверстников. А если подобное поведение поощряется взрослыми, это лишь усугубляет медлительность. Попадая в детский коллектив, такой ребенок сталкивается с множеством требований и высокой скоростью подачи информации. Он теряется, не знает, что ему делать, когда к нему обращаются с вопросом просто «столбенеет» и в ответ чаще молчит или начинает плакать.

Наверняка, многие из вас задумались о том, пройдет ли медлительность? У детей с низкой подвижностью нервных процессов темп деятельности всегда будет ниже, чем у детей с высокой подвижностью. Главное – помнить: торопить, подгонять такого ребенка не только бесполезно, но и вредно - так создаются условия для возникновения невроза. При слове "Быстрее!" дети начинают суетиться, недовольство взрослых еще больше замедляют их.

Важно учитывать психологические особенности медлительного ребенка и, главное, дать ему возможность работать в оптимальном для него темпе, качество и точность такой работы могут быть очень высокими. Если ребёнок медленно выполняет что-либо это не значит, что он плохой. Просто ему нужно помочь с этими его качествами социализироваться сначала в ближайшем окружении – в семье, а затем уже и в социуме.

Как же помочь медлительному ребенку?

Важно соблюдать единые требования: не спешить, не торопить ребенка, не нервничать. Помните: любая спешка приведет к еще большему замедлению! Спокойно, без раздражения ждите, например, когда утром ребенок проснётся (кстати, медлительные дети не вскакивают тут же с кровати, им нужно время, что бы отойти от сна, минут 5-10 просто полежать), поэтому лучше будить ребенка пораньше. Постарайтесь сами быть организованны - иначе успеха не будет. Необходимо облегчить ребенку выполнение всех повседневных дел: помочь в этом может четко организованный режим. Если ребенок привыкнет (а это требует времени, поэтому наберитесь терпения) в одно и то же время вставать и ложиться спать, есть, играть, идти на прогулку, если он будет знать, что предстоит, а что он уже выполнил, то справляться с медлительностью ему станет гораздо легче. Важно делать что-то вместе, соревнуясь, но при этом не увлечься "ролью победителя" или подстроиться под его темп.

Существуют специальные упражнения, позволяющие повысить скорость двигательных реакций у медлительных детей. Смысл их состоит не в том, чтобы торопить - это только ухудшит ситуацию, ребенок начнет нервничать, скорость деятельности снизится, а нервное напряжение, наоборот, возрастет. Основная суть заключается в резких переходах от медленного темпа движений к быстрому и обратно.

Можно использовать игры со сменой скорости движений:

- 1) ходьба-бег-ходьба
- 2) хлопки ладонями медленно-быстро-медленно
- 3) "бег" пальчиками медленно-быстро-медленно
- 4) сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью вслед за взрослым
- 5) прыгать через прыгалку, меняя темп
- 6) стучать по столу или на барабанах медленно-быстро-медленно
- 7) чертить палочки и ставить точки

Когда ребенок научится работать в определенном темпе, можно попробовать игры с максимально быстрыми движениями. Не огорчайтесь, если вначале не всё будет получаться сразу. Движения, подвижные игры, упражнения со скакалкой не только укрепляют ребенка физически, но и снимают психо-мышечное напряжение, дают необходимую эмоциональную разрядку.

Многим детям нравится, когда в игровой форме их действия фиксируют во времени или когда они соревнуются с вами. Когда вам нужно, чтобы ребенок делал что-то быстро, скажите ему: "Давай посмотрим, как быстро ты справишься".

Пользуйтесь при этом секундомером, секундной стрелкой часов или песочными часами. Обязательно похвалите в случае успеха.

Подводя итог, выражу собственное убеждение в том, что медлительные дети нуждаются в нашей с вами помощи своевременной, комплексной и всесторонней. Надеюсь, вы согласитесь с этим убеждением. Завершу нашу с вами встречу словами профессора Кольцовой М.М., которая длительное время занималась трудностями медлительных детей: «У вас могло сложиться довольно мрачное впечатление о судьбе медлительных детей: что их ожидают постоянные стрессы и неврозы. Конечно, положение медлительного ребенка как в семье, так и в детском коллективе очень осложнено особенностями его высшей нервной деятельности, но никакой обречённости здесь нет. Оптимистическая сторона Павловского учения о типах нервной системы, как раз и заключается в том, что самые неблагоприятные типологические черты можно в значительной степени выправить. Необходимо специально заниматься с ними. Нельзя полагаться на то, что вот ребенок подрастет и все выправится само собой. Медлительным детям нужна активная помощь со стороны взрослых и систематическая тренировка свойства подвижности и внутреннего торможения. Поэтому не жалейте того, в сущности небольшого времени, которое требуют занятия с ребенком, чтобы облегчить ему приспособление к требованиям социальной среды».

Успехов вам в воспитании ваших детей!

