



С.Е. Кальмова

Семейный психолог: родителям о детях.

Подготовка к ответственному материнству и заботливому отцовству



Данная работа — лауреат дистанционной Олимпиады психологов образования — 2008, которую ежегодно проводит сетевое методическое объединение «Школьный психолог» <http://som.fio.ru>

Продолжение. Начало в «Вестнике практической психологии образования» №№ 1, 2 за 2009 год.

Психофизиологические особенности мальчиков и девочек

Воспитатели детских садов и многодетные родители знают: мальчики дольше учатся читать и писать, чем девочки. И любой учитель начальной школы скажет: в младших классах лучше учатся девочки. Почему? Они с самого начала развиваются по-разному. Мальчики при рождении обычно крупнее девочек, у них больше голова и больше вес. Ходить мальчики начинают позже, чем девочки, примерно на 2—3 месяца и на 4—6 месяцев — позже говорить. Все это легко замечают родители.

А вот Санкт-Петербургские нейропсихологи, записывая биотоки мозга новорожденных, обнаружили, что мозг у мальчиков и у девочек с самого начала работает неодинаково, поэтому, проанализировав взаимодействие электрических потенциалов разных областей коры мозга, можно с большой вероятностью сказать, какого пола младенец.

До 8 лет острота слуха у мальчиков в среднем выше, чем у девочек, которые зато более чувствительны к шуму. У девочек выше кожная чувствительность — их больше раздражает телесный дискомфорт и они сильнее реагируют на прикосновения, поглаживания.

Игры девочек чаще опираются на ближнее зрение — они раскладывают перед собой свои богатства: куклы, тряпочки, бусинки, пуговички и играют на ограниченном пространстве, им достаточно маленького уголка. Игры мальчиков требуют включения дальнего зрения — мальчишки бегают друг за другом, бросают предметы и стреляют в цель, используя при этом все окружающее их пространство. Мальчикам для полноценного психического развития вообще требуется большее пространство, чем девочкам. Если горизонтальной плоскости им мало, они осваивают вертикальную: залезают на шкафы, бегают по спинкам диванов, висят на наличниках дверей.

Кальмова Светлана Евгеньевна — заведующая отделом профотбора и психологической поддержки населения Кемеровского областного центра профессиональной ориентации молодежи.

В 1991 году окончила Кемеровский государственный университет по специальности «возрастная и педагогическая психология».

Автор более 40 статей и 5 книг по детской и педагогической психологии, автор программы психологической коррекции и реабилитации «Семейный психолог».



Рисунки мальчиков и девочек различаются с первых же лет. Девочки заполняют альбомы «принцессами», цветами, автопортретами, а мальчики — машинами, военными сражениями, всевозможной техникой.

Мальчиков, даже совсем маленьких, родители реже берут на руки и чаще ругают, чем девочек. По отношению к ним речь взрослых содержит в основном прямые указания: «Отойди, принеси, дай, сделай, перестань...» А с девочками, даже годовалыми, родители говорят о чувственных состояниях: «Мне нравится... Ты любишь? Кто это грустный?..»

Чем же обусловлены различия в психике мальчиков и девочек? В процессе эволюции всегда борются две противоположные тенденции: с одной стороны, природе надо закрепить у вида те признаки, которые ему нужны, передать по наследству именно их и сделать потомков как можно более похожими на своих родителей. А с другой стороны, прогресс предполагает дальнейшие изменения, разнообразие потомства, среди которого появится тот, кто позволит виду приспособиться к новым условиям, расширить среду обитания. Эти противоположные тенденции нашли воплощение в противоположных полах. Женский пол сохраняет в генетической памяти все наиболее ценные приобретения эволюции, а мужской, наоборот, легко теряет старое и приобретает новое. Женский пол ориентирован на выживаемость, мужской — на прогресс.

Для продолжения вида нужно много представительниц женского пола, поэтому природа их «бережет», а мужского пола ей «не жалко». На особях мужского пола как бы отрабатываются все новинки эволюции. У мужчин больше и полезных, и вредных мутаций. Есть данные, что на 100 глухих девочек рождаются 122 глухих мальчика. Среди детей с косоглазием, заиканием, дислексией, задержкой психического развития больше мальчиков. И логопедические группы детских садов состоят большей частью из них.

Мозг мужчины крупнее, более развит, но менее надежен и очень раним. При всех изменениях — природных и социальных — мужчины страдают больше. Но природа наделила их поисковым поведением, чтобы они могли выжить, отыскав другое место обитания, где теплее и сытнее. Потому-то мужчины любого возраста, от мала до велика, склонны к освоению нового пространства, рискованным поступкам, они, как правило, сообразительны и в сложных ситуациях умеют принимать нетрадиционные решения.

Как эти мужские особенности сказываются на обучении мальчиков? В дошкольном и младшем школьном возрасте у девочек лучше развита речь, но мышление более однотипное. Мальчики чаще мыслят нестандартно и оригинально.

В 1-м классе одной из гимназий провели такой эксперимент. Ученые спросили детей, для чего можно использовать кирпич. Первый ответ лежал на поверхности: построить дом. Дальше инициативу захватили

девочки: а еще можно построить сарай, гараж, забор. Когда тема строительства была исчерпана, голос подал мальчик: «Когда мама солит в ведре грибы, кирпич она кладет для тяжести». Снова лес девчачьих рук и самые разные примеры, как можно использовать кирпич в виде груза. Тему исчерпали. И снова мальчик: «Кирпичами можно обложить костер, чтобы трава не загорелась». Девочки бросились развивать и эту тему. А новый поворот — опять из уст мальчиков: «Можно положить на кирпич доску, и получатся качели», «Кирпичи можно бросать, как снаряды».

Конечно, это не значит, что ни одна девочка не выдвинет новой идеи, но все-таки принципиально новые задачи лучше решают мальчики и мужчины. А вот тщательности решения и аккуратности оформления они значения не придают. Мальчик может найти нестандартное решение математической задачи, но сделать ошибку в вычислениях и в результате получить двойку. Девочки же, как и взрослые женщины, лучше выполняют задания типовые, шаблонные, тщательно прорабатывают детали.

У девочек речь беглая, они быстрее читают и аккуратнее пишут, но подбор словесных ассоциаций, решение кроссвордов, судя по результатам исследований, лучше удаются мальчикам.

Если ваш сын гораздо медленнее осваивает грамоту, чем это делала его старшая сестренка, плохо пересказывает и небрежно пишет буквы, не огорчайтесь — это особенность мужского ума. К тому же мальчики отстают от девочек в развитии. Их детство длится дольше. К 7 годам мальчики по своему биологическому возрасту, как правило, младше девочек- ровесниц на год.

У мальчиков свой путь взросления. И поскольку они больше ориентированы на усвоение информации (в отличие от девочек, которых больше интересуют отношения между людьми), за их интеллектуальное развитие можно не беспокоиться.

Ругая мальчика, изложите кратко и точно, чем вы недовольны. Он не может долго выдерживать эмоциональное напряжение: его мозг как бы отключается, и ребенок перестает вас слышать.

Правши и левши

Простые факты:

- левшей в мире менее 10%;
- среди мужчин левшей на 50% больше, чем среди женщин.

От чего зависит доминирование руки?

Традиционно считается, что ведущая рука определяется наследственностью. Однако это не всегда так. Канадские исследователи обнаружили, что даже если оба родителя — левши, их дети, скорее всего, будут праворукими.

Существует множество теорий, объясняющих то, почему люди предпочитают ту или иную руку. Соглас-



но одной из них, доминирование руки определяется расположением плода в матке. То ухо, которое ближе к стенке живота, получает больше стимулов из внешнего мира, что способствует развитию соответствующего полушария мозга. Так можно объяснить, почему зачастую у близнецов ведущие руки разные — близнецы обычно расположены в утробе матери по разным сторонам.

При доминировании левого полушария ведущей, как правило, является правая рука, при доминировании правого полушария — левая. У третьей части людей ни одно из полушарий не доминирует.

Ребенок «правополушарный» — левша намного отличается от своих сверстников. Обычно это особо художественно одаренные и очень эмоциональные дети. Они уже с трех лет намного лучше других детей рисуют и лепят из глины или пластилина. Все отмечают их большие музыкальные способности. Но в то же время, им свойственны задержка речи и затруднения в произношении различных звуков. Такой ребенок непосредствен, доверчив, легко попадает под влияние сиюминутных чувств и настроений, плаксив, капризен и подвержен гневу, настойчив в осуществлении желаний. Ему с большим трудом даются чтение и письмо. В первом классе это может стать камнем преткновения, а овладение этими умениями в более раннем возрасте может оказаться совершенно непосильным.

Зато эти дети общительные и контактные. И если мы, учитывая их особенности, найдем правильные методы воспитания, все наши проблемы будут разрешимы.

Как надо вести себя родителям с ребенком-левшой?

Учитывая повышенную эмоциональность и крайнюю впечатлительность такого ребенка, важно быть очень чутким и доброжелательным с ним. Создать благоприятный климат в семье. Не воевать с ним из-за его упрямства, а упрямые выходки постараться сгладить какой-нибудь игрой. Принять как должное особенности ребенка и не пытаться превратить его в «правшу», объяснять всем и ему, что «леворуких» людей очень много и это разновидность нормы.

Левшу надо хвалить за самые малейшие успехи и поощрять его художественный или музыкальный дар, но не стремиться «создать» вундеркинда. Стараться чаще делать малышу сюрпризы. Не предъявлять завышенные требования к нему и не противопоставлять его другим, обычным детям. Ни в коем случае нельзя обучать ребенка-левшу до школы чтению, письму и иностранным языкам, т. е. умениям, при освоении которых его поджидают неудачи, снижающие уровень самооценки. Надо любить его таким, какой он есть.

Как не надо вести себя родителям с ребенком-левшой?

Нельзя высказывать насмешки по поводу того, что ребенок отличается от многих, делая все при помо-

щи левой руки. Нельзя подчеркивать эту его особенность при знакомых или посторонних людях. Нельзя переучивать ребенка и наказывать, когда он не поддается обучению. Нельзя доводить его до слез и вызывать своими методами воспитания другие отрицательные эмоции. С таким ребенком нельзя быть сухим и педантичным. Нельзя предъявлять ему завышенные требования. Нежелательно учить его до школы чтению, письму и иностранным языкам, ругая за неудачи. Нельзя создавать такую обстановку в семье, в которой ребенок чувствует себя отвергнутым и никому не нужным и его самооценка уменьшается с каждым днем.

Запомните, такое воспитание обычно является благоприятной почвой для развития капризов, страхов, невроза или симптомов заикания у малыша.

Все исследователи левшества сходятся в утверждении: после двух лет переучивать левшу нельзя, поскольку произвольная смена ведущей руки приводит к грубому вмешательству в тончайшие механизмы деятельности мозга и последующей невротической симптоматике.

Переучивание левши приводит к нарушению у него сна и аппетита, возникновению головных болей и болей в животе, страхов, энуреза, заикания, тиков, навязчивых движений, повышенной возбудимости, раздражительности, укачиванию в транспорте, повышенной чувствительности к жаре, духоте, запахам, двигательному беспокойству, неусидчивости, вялости и заторможенности.

Вместо переучивания целесообразно развивать у ребенка совместные действия обеих рук, связанные с моторикой и координацией движений пальцев, кистей рук. При этом можно использовать игры и упражнения с мячом, занятия плаванием, лепкой, вышиванием, вязанием, плетением макраме. Такие занятия должны быть ежедневными и занимать 15—20 минут. Начинать их следует с детьми в возрасте 1—3 месяцев и продолжать до достижения ими 2-х лет. При работе леворукого ребенка за столом свет должен падать с правой стороны.

В завершение хотелось бы отметить, что вам очень повезло, если ваш ребенок — левша. Лучшие достижения человеческой мысли в самых разных областях деятельности, особенно связанных с творчеством и высоким миром искусства, принадлежат чаще всего тем, чьей ведущей рукой является левая!

Вредные привычки у детей

Вредная привычка — отрицательная склонность, ставшая потребностью и выражающаяся в поведении. Привычка нередко превращается в черту характера. Русская пословица гласит: посеешь привычку — пожнешь характер.

Чаще всего, когда речь идет о вредных привычках у детей, имеются в виду привычки сосать пальцы, язык, грызть ногти. К вредным привычкам правомерно отнести также обыкновенное теревить волосы,



мочку уха, сидеть и ходить, сутулясь, елозить на стуле и шаркать ногами при ходьбе, поминутно отплевываться и употреблять слова-паразиты «вот», «значит», громко говорить и чрезмерно жестикулировать, хватать другого за рукав, ворот куртки или за пуговицу при разговоре, не смотреть в глаза собеседнику и т. п.

Становление вредных привычек происходит в самом раннем возрасте. Поэтому процесс воспитания должен включать, кроме всего прочего, еще и привитие полезных привычек (аккуратности, организованности, умения доводить начатое дело до конца и др.), и борьбу с возникающими вредными привычками.

Вредные привычки возникают у ребенка, которого с младенчества воспитывали жестко, по гиперсоциальному типу или по типу неприятия. Его надолго оставляли одного в кроватке. Его рано отлучили от материнской груди и отказывали в соске. Его редко брали на руки, не укачивали, когда он не мог уснуть, ему уделяли мало внимания, ласки. Все это может привести к возникновению вредных привычек. Нередко вредные привычки возникают у ребенка в связи с тревожно-мнительным воспитанием. Ребенок, забытый в колыбели, ощущающий недостаток впечатлений, ухода, ласки, испытывающий скуку или страх, будет искать компенсацию, успокоение, отвлечение в доступных ему действиях. Например, он начнет сосать палец или тереть волосы, ухо, губу, нос, ковырять пупок, манипулировать наружными половыми органами. Постепенно эти действия закрепляются. Вначале ребенок прибегает к ним, поскольку отсутствует его мать. Позднее встревоженная мать с ним, но она его уже не интересуется. Он занят самим собой. Происходит серьезная перестройка в развитии малыша. От природы ребенок стремится к постоянному притоку впечатлений, стимуляции его развития извне. Если рядом мать, он удовлетворен, спокоен и получает все необходимое — от утешения и ласки до развивающих стимулов. Но она отсутствовала, и ребенок вынужден сам утешать и успокаивать себя. Он ищет источники впечатлений в себе, замыкается на себе. Теперь он привык быть один, и мать, вмешиваясь, только мешает ему. Чем старше малыш, тем труднее бороться с его вредными привычками. Если ребенку уже 12 лет, сопротивляться вредным привычкам будет очень трудно, а после 16 — практически невозможно, если сам ребенок не решит упорно работать над своим характером.

От ребенка, имеющего вредную привычку, нельзя требовать честного слова в том, что он откажется от них. Он даст честное слово, но будет вынужден нарушать его, так как не в силах отказаться от привычки. Формируется вторая вредная привычка — нарушать честное слово. Ребенка не надо наказывать за вредную привычку. Он не виноват в ней. Наказание только усугубляет ситуацию. Малыш начнет прибегать к вредной привычке, чтобы утешить себя после наказания, и еще более замкнется в себе, страдая от непонимания его переживаний, испытывая чувство вины и еще большую неуверенность.

Вредную привычку устраняют постепенно, затрачивая на преодоление ее столько же времени, сколько она закреплялась. Она начиналась с отсутствия внимания к ребенку, и для ее устранения особенно необходимо внимание родителей. Ребенка надо увлечь интересными играми, занятиями. Его надо максимально ориентировать на игру с детьми. Если он один, его надо обязательно чем-то занять, него не должно оставаться времени на вредную привычку. Борьба с вредной привычкой — всегда борьба с неуверенностью в себе, тревожностью, пессимизмом. Имеются и частные рекомендации для борьбы с отдельными вредными привычками. Например, при склонности грызть ногти их коротко обрезают. Можно разрешить грызть кончик ручки, которой ребенок пишет, или другой предмет, находящийся в его руках, но обязательно чистый. Надо посоветовать потереть ладонь о ладонь, когда возникает импульс грызть ногти. Побуждать ребенка самостоятельно бороться с этой привычкой, разъясняя ее вред и указывая на неэстетичность вида пальцев с обгрызенными ногтями, учить самоконтролю. Его необходимо ободрять, говоря: «Ты с этим обязательно справишься, не огорчайся». Особенно активно следует помогать ребенку в затруднительных ситуациях, потому что именно они провоцируют обращение к вредной привычке. При этом родители должны помнить, что ногти грызут мучительно неуверенные в себе дети, поэтому в борьбе с этой привычкой главное — это преодоление неуверенности. Ногти грызут дети, впавшие в депрессию, и такого ребенка надо ободрять и стимулировать.

При сосании пальца или вещей рекомендации те же, но поскольку эта привычка чаще проявляется перед сном, то (как и при качании перед засыпанием и во сне) рекомендуются ритмические игры, танцы, прыжки со скакалкой незадолго до сна. Полезно, прикрепив к притолоке или косяку двери качели, качать ребенка несколько раз в день по 10—15 минут. Следует приобрести для него лошадку-качалку. При засыпании ребенка рекомендуется включать тихую ритмичную музыку.

Вредные привычки свойственны детям, имеющим сниженный фон настроения, склонным к депрессии, поэтому все, что вызывает у ребенка хорошее настроение, будет способствовать устранению у него вредных привычек. Грудное вскармливание, заботливое отношение к ребенку, ласковое прикосновение материнских рук и сильных рук отца при пеленании, одевании, общении с ребенком, совместные игры детей и родителей, совместные прогулки, благополучие супружеских отношений и отношений между поколениями в семье — все это противостоит вредным привычкам.

Продолжение в следующем номере.