

Сложные ситуации в вопросах и ответах

dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

А. Бучкова,

детский психолог, кандидат социологических наук, Москва

Актуальный разговор посвятим отдельным аспектам:

- развития левшей и одаренных детей;
- ранней профорientации;
- психологической помощи впечатлительным родителям.

? *Наш сын – левша. В этом году он пойдет в первый класс. В наше время тех, кто писал левой рукой, переучивали. Сейчас этого не делают. Почему? И есть ли какие-то отличия между правшами и левшами?*

Переучивать левшей перестали достаточно давно, еще во второй половине 80-х годов прошлого века. Левша от правши отличается не только ведущей рукой (левая), но и ногой, ухом и глазом (лучше владеет левой ногой, слышит левым ухом, видит левым глазом), а также ведущим полушарием головного мозга (у левшей – правое). Левое полушарие отвечает за логику и абстрактное мышление, языковые и математические способности, а правое – за эмоции и воображение, пространственно-образное мышление и обработку невербальной информации. Соответственно, у правшей от природы более развито логическое мышление и способности к точным наукам. Левши склонны к креативности и поиску нестандартных решений, а также более эмоциональны и импульсивны, обладают развитой интуицией. Они нередко опережают в развитии сверстников-правшей, но вот разговаривать начинают позже.

Левши нуждаются в организации образовательного процесса, напрямую связанной с их психологическими особенностями. Оптимально использовать материалы, созданные специально для левшей (ручки, карандаши,



прописи, рабочие тетради, ножницы и пр., а также бытовые приспособления). В процессе обучения большое значение имеет наглядное подкрепление осваиваемого материала (не только зрительным, но и слуховым, обонятельным, осязательным, а возможно, и вкусовым анализаторами) и интерактивные формы работы (деловые игры, групповые дискуссии, мастер-классы, тренинги, квесты, исследования и эксперименты). Источники информации и света (педагог, доска, стенд и т.д.) должны находиться с правой стороны от ребенка-левши.

Благодаря доминированию левого полушария правши с легкостью поэтапно и последовательно обрабатывают информацию, а вот левши воспринимают и анализируют ее как единое целое, практически мгновенно. Фрагментарность представления данных может дезориентировать таких детей. Наряду с этим они обладают способностью к одновременной обработке разнообразной информации.

Психологические особенности левшей определяют и специфику их воспитания. Такие дети могут переживать из-за своей непохожести на большинство сверстников-правшей, особенно если на этом акцентирует внимание кто-нибудь из взрослого окружения, остро реагировать на оценки и сравнение с другими. В таких ситуациях они как никто нуждаются в приятии и одобрении близких.

Раньше переучиванию левшей давалось вполне логичное обоснование: наш мир устроен под праворуких. Кстати, реалии сегодняшнего дня не особо изменились. Правда, от переучивания левшей все же отказались, поскольку удалось установить, что насильственная смена ведущего полушария (смена доминантной руки чревата именно этим) приводит к дисгармонии в психическом и даже физическом развитии, в том числе может вызывать неврозы и головные боли, а также нарушение работы желудочно-кишечного тракта и сна. К тому же даже приспособление к миру правой рукой нередко приводит к трудностям в пространственной ориентации и повышенной утомляемости левшей. Обе эти проблемы усугубляются в случае переучивания.

? Мы часто слышим от окружающих о том, что наш ребенок одаренный. Ему всего четыре года, а он уже научился читать по приложению в планшете, любит читать, считать, писать. Но он практически не общается со сверстниками, в саду и на детской площадке сам по себе, в играх участвовать не хочет, выступать на утренниках тоже. С чем это связано и что делать? Очень переживаем, что у него будут проблемы в школе. И еще вопрос: он действительно одаренный?

Тема одаренности до сих пор остается одной из самых дискуссионных в психологии. Большинство отечественных авторов определяют ее через понятие «способности». Так, по мнению Б.М. Теплова, одаренность представляет собой «сочетание способностей, от которого зависит возможность достижения большего или меньшего успеха в выполнении той или иной деятельности». Зарубежные исследователи наряду с высоким уровнем способностей большое значение придают таким факторам, как познавательная активность, креативность, влияние окружающей среды, а некоторые даже удаче. Но независимо от подходов к пониманию ученые

единодушны в одном: одаренность – это уровень, который всегда выше нормы. Не имеет значения, будем ли мы говорить об одаренности или ограничимся просто констатацией высокого уровня развития способностей (что, по мнению ряда авторов, одно и то же), главное, что ваш ребенок освоил чтение, письмо и счет самостоятельно и гораздо раньше, чем его сверстники. То есть обнаружил способности выше нормы. К числу признаков одаренности также относят любознательность, наблюдательность, способность работать в условиях многозадачности и долгое время концентрировать внимание на интересующем объекте, изобретательность и креативность, развитую память и речь; все это нередко сочетается с чрезмерной активностью и импульсивностью. Если этого для вас недостаточно, то всегда можно обратиться к специалисту для подробного исследования, например к психологу в детском саду или в школе, в которую планируете отдать ребенка. Тогда вы получите обоснованный ответ на вопрос: действительно ли ваш малыш одаренный? И если да, то в какой сфере.

Однако дети, опережающие в развитии сверстников, нередко испытывают трудности в общении. Это чаще всего связано с тем, что малышу просто неинтересно с детьми своего возраста. Кроме того, одаренный ребенок может тяготиться своей непохожестью на других, переживать, что его не понимают, проявлять застенчивость, замкнутость, неуверенность в себе и тревожность. Это тоже затрудняет общение. Часто сверстники не принимают чрезмерно развитых детей, насмехаются над ними или попросту отказываются общаться, поскольку их раздражают «всезнайки».



Важно понаблюдать, как одаренный ребенок общается со старшими детьми и взрослыми. Если и это не вызывает у него интереса или заканчивается конфликтами, тогда стоит задуматься. В данном случае трудности связаны с отсутствием навыков эффективного взаимодействия с окружающими. Но и при отсутствии интереса, и при конфликтности все равно понадобится развивать коммуникативные навыки, обязательно через интересные для ребенка деятельность, групповые занятия. Главное, чтобы секция или кружок объединяли детей не только со схожими интересами, но и с одинаковым уровнем развития. Тогда в процессе увлекательной работы ребенок с удовольствием будет взаимодействовать с другими детьми; это, в свою очередь, повлияет на формирование навыков эффективного общения.

? Недавно нам предложили пройти профориентацию. Дочери всего шесть, поэтому мы очень удивились. Не рановато ли? Есть ли смысл в профориентации в столь раннем возрасте? Мы проходили ее только в старших классах школы.

Ряд специалистов может вам на это возразить, что даже «поздновато». Дело в том, что в настоящее время профориентационное исследование предлагают уже младшим дошкольникам, особенно если речь идет о поступлении в специализи-

рованный детский сад. Смысл ранней профорientации в том, чтобы определить направленность интересов и склонностей ребенка. Это поможет с выбором как образовательной организации, так и дополнительных занятий. В результате у родителей появляется возможность создать условия для раскрытия выявленных талантов, а также для коррекции и усиления обнаруженных слабых сторон. Неверный выбор направления, например гуманитарного вместо математического, может не только привести к потере интереса к познанию в целом, к проблемам и конфликтам, но и отразиться на здоровье малыша, в том числе проявиться в психосоматических заболеваниях. И наоборот, выбор интересной для малыша сферы станет залогом его дальнейших успехов и положительных эмоций. Естественно, диагностика в раннем возрасте позволяет определить только общую направленность склонностей и интересов. В подростковом возрасте рекомендуется провести повторное, углубленное исследование.

? **Вы пишете в основном про детей, а я хочу задать вопрос про родителей. Каждый раз, когда узнаю про очередную трагедию или теракт, внутренне вся сжимаюсь в комок. Очень переживаю за благополучие своих детей, за их безопасность. Не сплю ночами, а недавно заметила, что и младший ребенок становится в такие дни нервным и часто плачет. Что мне делать? Как успокоить себя?**

Вы совершенно правы – дети настолько тонко чувствуют наше внутреннее состояние, что переживания родителей могут напрямую влиять на их эмоции.

И в данном случае ваша помощь себе – это одновременно и помощь вашему малышу. Спокойные, уверенные и счастливые мама и папа делают таким и своего ребенка.



Итак, как быть впечатлительным родителям? Выделим основные приемы первой психологической помощи себе и своим близким в таких ситуациях.

1. Дать выход горю и другим сильным отрицательным эмоциям, которые у вас возникли после какой-то трагедии или теракта. Не держать их в себе. Обсудить с членами семьи, друзьями, единомышленниками в социальных сетях и на форумах, поплакать, выразить свои чувства и переживания в рисунках, текстах, стихах, песнях или других близких вам творческих приемах. И не один раз, а пока не станет легче.

2. Любой негатив разрушителен, поэтому важно направить энергию в мирное русло. Например, на поддержку и помощь тем, кто в этом действительно нуждается. Людей, которые оказались в трудных жизненных ситуациях, много, нередко они совсем рядом с вами. Важно сконцентрировать внимание на конструктиве, на посильной адресной помощи нуждающимся.

3. *Дистанцироваться.* Этот прием подойдет в случае панической атаки, когда к отрицательным эмоциям добавляются еще и вегетативные проявления: учащенное сердцебиение, шум в ушах, одышка или ощущение удушья, слабость, головокружение и т.п. Их действие еще более разрушительно, чем негатив. Нередко мы начинаем отождествлять себя с жертвами трагедий и бедствий, примерять ситуацию на себя, что особенно опасно. В этом случае действия прямо противоположны: уходим из социальных сетей, с форумов, перестаем смотреть и читать новости, максимально ограничиваем поток поступающей информации, особенно носящей отрицательную окраску. Чтобы отвлечься от тяжелых мыслей, преодолеть депрессию, переключаем внимание на позитивные моменты, круг общения временно ограничиваем только близкими, которые способны успокоить и настроить на положительный лад.

4. *Восстановить ресурсы* тела и души, ведь переживания их забирают. Нужно будет уделить внимание себе, и в этом нет ничего зазорного. Ведь, как мы уже выяснили, тем самым вы помогаете не только себе, но и своим детям. Приемы восстановления разнообразны: здоровый сон, полноценный отдых в одиночестве или в семейном кругу, творчество, хобби. Выбирайте подходящие для вас. Только помните, что использование вредных стимуляторов, например таких, как алкоголь или сигареты, создает лишь иллюзию восстановления ресурсов и может еще больше усугубить депрессивное состояние.

5. *Сделать выводы.* Задумайтесь – а знают ли ваши дети, как вести себя в чрезвычайных ситуациях? А вы помните все правила безопасности? Поднимите эти вопросы в семейном кругу. Если ваши дети маленькие, то обсудите со взрослыми членами семьи, как себя вести. Для тех, кто постарше, подойдут беседы и игры. Главное, чтобы эти беседы и игры были регулярными, а не проводились после очередной трагедии. Хороший материал на эту тему можно найти в книге Л.В. Петрановской «Что делать, если...» (М.: АСТ, 2014).

6. *Обращать внимание на позитивные моменты* вокруг. Вы живы! Живы ваши близкие! Это ли не повод направить свою энергию на благодарность миру за то, что у вас есть, окружающим людям за то добро, которое они вам сделали. Ежедневно находим, как минимум, пять поводов для благодарности другим. Это тоже настроит на конструктив и отвлечет от тяжелых мыслей.

7. *Поддержать тех, кому нужна помощь.* Возможно, эти приемы не для вас, а для ваших впечатлительных близких или друзей. Они нуждаются в вашей поддержке и приятии, без оценок, без критики, без сарказма. Просто будьте рядом.

Конечно, это только общие приемы, и все индивидуально. Вы знаете себя как никто другой и можете выбрать оптимальную для вас стратегию. Помните, освобождение не произойдет по щелчку, а потребует времени и сил. Удачи вам!

Вопросы, замечания и предложения отправляйте по адресу info@dovosp.ru
Рубрика «Актуальный разговор».
До скорой встречи!

