

Как развить усидчивость?

Как вспыльчивого и неусидчивого ребенка научить быть более внимательным и доделывать все до конца? «Наша дочь очень активная, подвижная, самостоятельная, но в то же время очень упрямая, вспыльчивая. До момента, как она пошла в школу, особых трудностей в воспитании мы не испытывали. Но сейчас стали все больше замечать, что у нее нет усидчивости, она все старается сделать быстро. Начинает выполнять задания, не дослушав до конца, что именно нужно сделать, отсюда проблемы с учебой, а точнее с отметками. Ужесточение контроля с нашей стороны приводит только к агрессивным выпадам с ее стороны и потере контакта с дочерью. Что делать? Как развить усидчивость у ребенка?»

Конечно существуют общие рекомендации по развитию усидчивости у ребенка, на которые стоит обращать внимание. Но при выборе тактики необходимо опираться на индивидуальные характеристики ребенка. Ведь то, что подходит для одного ребенка, совершенно может не подходить для другого. Родителям нужно быть очень внимательными по отношению к своему ребенку, необходимо постоянно наблюдать за ним, чтобы понимать, грамотно направлять и вовремя определять, что имеет место в конкретном случае: невоспитанность или вполне нормальная реакция на сложившуюся ситуацию.

Ставя перед собой задачу - развить усидчивость, родителям необходимо весь процесс воспитания строить с учетом индивидуальных особенностей ребенка, т.е. опираться на особенности воспитания детей с определенным набором качеств. Одна из таких особенностей - это **темперамент ребенка**. И хотя вряд ли есть дети с чистыми типами темпераментов, все же стоит определить к какому типу темперамента более склонен ваш ребенок. Зная, к какому типу темперамента ближе всего стоит ваш ребенок, вы при взаимодействии с ребенком допустите меньше ошибок, примите больше правильных и действенных решений по отношению к нему, и процесс развития усидчивости у ребенка станет для вас более радостным и результативным.

Для того, чтобы определить к какому типу относится ваш ребенок можно зафиксировать свои наблюдения за ребенком, используя схему.



Поставьте точку в том секторе, в котором находится наибольшее количество качеств, характерных для вашего ребенка.

Теперь, определив к какому типу темперамента относится ваш ребенок, внимательно прочитайте ниже следующие рекомендации.

Если ваш ребенок по темпераменту ближе всего к холерику, то он скорее всего отличается неуравновешенностью, быстротой действий, вспыльчивостью, нетерпеливостью, энергичностью, настойчивостью. Для него дискомфортна монотонная кропотливая работа. Такой ребенок быстро заинтересовывается чем-либо, но и также быстро остывает. Он чаще других является источником конфликтов из-за своей зазорности, боевитости и активности.

Ребенок с холерическим темпераментом доставляет немало хлопот взрослым. Очень часто такой ребенок увлечен каким-либо делом так, что не слышит того, что ему говорят. За выполнение заданий берется, недослушав до конца, все старается сделать быстро, порой небрежно. Любит риск и склонен к необдуманным поступкам, из-за чего нередко оказывается в неприятных ситуациях. Очень общителен, но и с легкостью может устроить конфликт.

Особенности воспитания ребенка с холерическим темпераментом:

- Ужесточение контроля за ребенком приводит к ухудшению детско-родительских отношений и повышению нервозности ребенка.
- Подвижные виды спорта (футбол, волейбол, баскетбол, велосипедные прогулки и пр.), способствуют развитию у такого ребенка умения контролировать свои движения, рассчитывать силы и создают благоприятный эмоциональный настрой.
- Холерикам подойдет отдых на природе. При этом ребенок обязательно должен быть вовлечен в какое-то совместное дело, иначе предоставленный сам себе он быстро найдет себе какие-нибудь неприятности.
- Используйте каждый раз подходящие моменты, чтобы показать ребенку, что качество важнее скорости.
- Развить усидчивость и целеустремленность помогут занятия конструированием, рисованием, лепкой, рукоделием, только заниматься этим нужно не очень продолжительное время. При этом необходимо контролировать качество работы (доделывание до конца и эстетичность).
- Чаще разговаривайте с ребенком, обсуждайте с ним варианты достойного поведения и конфликтные ситуации, как на примерах из собственной жизни ребенка, так и на примерах героев фильмов, сказок и других книг.
- Используйте стремление ребенка быть лидером в своих целях. При изучении нового материала, при разборе каких-либо жизненных ситуаций дайте ребенку роль объясняющего, роль учителя, что позволит ему лучше усвоить материал и удовлетворит его потребность в признании.

Сангвиник - активный, энергичный, любознательный, легко приспосабливаемый к новым условиям. Быстро соображает, эмоционально устойчив, легко переживает неудачи. Умеет быстро налаживать контакты. Непостоянен, ему очень нужны новые впечатления. Может даже начать баловаться, если занятие становится ему неинтересным.

Если сангвинику придется выполнять однообразную и неинтересную для него работу, он быстро переключится на что-то более интересное. У такого ребенка много друзей, но не все они соответствуют обычному для него кругу людей.

Особенности воспитания ребенка-сангвиника:

- Сангвиник очень общительный и легко обучаемый, но при этом не любит углубляться в изучаемый материал. Если перестать его контролировать, то он может вырасти поверхностным человеком, лицемером и приспособленцем.
- Сангвинику следует постоянно давать какое-либо дело его интересующее.
- Отдайте ребенка в спортивную секцию или танцы, но не ставьте цели достигнуть высоких результатов. Акцент сделайте на умении сосредотачиваться и доводить начатое дело до конца. При этом разрешите ребенку переходить из одной секции в другую.
- Конструирование, рукоделие, рисование также помогут развить усидчивость, собранность, аккуратность, старательность.

- Поощряйте старательность и целеустремленность, обращайтесь внимание ребенка на детали. Постепенно повышайте требования в разумных пределах, добиваясь устойчивости и результативности.
- Обсуждайте с ребенком его взаимодействие с окружающими людьми, мотивируйте его на анализ своего поведения.

Меланхолик медленно восприимчив, углублен в самого себя, быстро утомляется, неуравновешен. Такой ребенок избегает многочисленного контакта со сверстниками, стесняется незнакомых людей, у него повышенная тревожность.

Меланхолик очень раним. Даже невинное замечание способно ввести его в отчаяние. В новой обстановке такой ребенок очень долго присматривается. Он относится с большим недоверием к окружающему миру и постоянно жалуется на свое окружение.

Особенности воспитания ребенка с меланхолическим типом темперамента:

- В обращении с такими детьми нужно быть весьма осторожными, мягкими и приветливыми, чтобы внушить им большее доверие и любовь. Высказывания недовольства по поводу лени ребенка, его пассивности и неспособности еще больше усугубляют ситуацию, и ребенок замыкается в себе.
- Помогайте ребенку в общении с другими детьми, заранее обговаривайте с ним возможные фразы для знакомства, варианты выхода из конфликтных ситуаций, варианты отстаивания своего мнения. Только делайте это в непринужденной, игровой обстановке.
- Оказывайте ребенку постоянную поддержку. Учите его обращать внимание на позитивные моменты, даже в неприятных ситуациях.
- Интересуйтесь достижениями ребенка. Поддерживайте его уверенность в своих силах.
- Поручайте ребенку дела, с которыми он наверняка справится, при этом постепенно повышайте сложность дел.
- Для меланхолика подойдут спокойные виды деятельности в комфортных условиях.

Флегматик отличается медлительностью и слабой восприимчивостью. Такой ребенок упорен, терпелив и с трудом переключается с одного вида деятельности на другой. В общении избирателен. Консервативен. Надолго запоминает усвоенные знания и навыки.

Флегматик очень нетороплив. Он будет очень долго умываться, обедать, собираться, будет старательно выводить буквы в тетрадке. Предпочитает стабильность. И если вы попытаетесь изменить что-то в его обычном распорядке дня, то с большой вероятностью рискуете нарваться на скандал. Он может просить вас неделями читать одну и ту же сказку, ходить в одно и то же место. К тому же при эмоциональном требовании поторопиться, он может нарочно собираться еще медленнее, заставляя родителей сделать все самим.

Особенности воспитания ребенка с флегматическим типом темперамента:

- Крики и скандалы с целью поторопить ребенка не помогут. Лучше просто начать делать все раньше, оставляя запас времени.
- Не стоит упорно навязывать какое-либо занятие, если ребенок сопротивляется. Гораздо проще создать ситуацию, в которой он захочет этого сам. Такой подход позволяет развить усидчивость и внимательность у ребенка.
- Следите за своей речью и эмоциями. Не называйте ребенка оскорбительными словами.
- Будьте терпеливы, не спешите сделать все за ребенка. В противном случае, он вырастит лентяем и несамостоятельным.
- Поддерживайте ребенка, подчеркивайте, где это имеет место, положительную сторону его медлительности. В ситуациях неуверенности и медлительности помогайте ему начать действовать, подбадривайте его.
- Поручайте ребенку посильные для него дела, оказывайте ему доверие. Он для этого достаточно ответственный и основателен.
- Чаще общайтесь с ребенком, обменивайтесь с ним новостями. Обсуждайте мотивы поступков окружающих людей.

- выбирайте спокойные виды занятий, такие как рисование, музыка, плавание.

Подведем итоги. Понаблюдайте за ребенком, посмотрите на его поведение с точки зрения типа темперамента, к которому вы его отнесли. Это позволит вам понять, какие качества ребенка помогут ему добиться успеха, а какие – могут помешать. Подумайте, как превратить его качества в преимущества, научите ребенка пользоваться этим преимуществом.