

Глава 1

ВЛИЯНИЕ ПРИРОДЫ, ИЛИ НАСЛЕДСТВЕННАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Тот факт, что дети разные, бесспорен. И причина этого далеко не одна. В этой главе мы рассмотрим, как влияют на поведение ребенка такие обусловленные его природным развитием факторы, как:

- ✓ свойства нервной системы;
- ✓ энергетический баланс и обменные процессы;
- ✓ тип телосложения;
- ✓ динамические особенности поведения;
- ✓ темпераментные особенности личности.

■ ■ ■ ➔ Свойства нервной системы

Выдающийся русский физиолог XIX века И. М. Сеченов писал: «Человечество в бессилии остановилось перед загадкой головного мозга». Разгадать ее пытались ученые и на протяжении XX века, но этот серый кусочек материи хранит еще много тайн. При внешней компактности и монолитности головной мозг успевает вмещиваться в работу всех функциональных систем человеческого организма. Он отвечает за прием и переработку информации, осуществляет выбор цели и контролирует ее достижение, управляет мыслительным процессом и проявлением чувств, от его работы во многом зависит склад характера и поведение человека.

Головной мозг является важнейшей составной частью нервной системы. Понять его работу в условиях целостного нормально функционирующего организма попытался замечательный ученый-исследователь И. П. Павлов. В течение многих лет он изучал процессы выработки условных рефлексов на собаках, и открытие свойств нервной системы стало своего рода побочным сверхплановым продуктом его деятельности. Животные, на которых проводили эксперименты, жили в лаборатории по нескольку лет и служили объектом для целого ряда исследований. Они могли «работать» часами, неделями и месяцами, на них проводили различные серии опытов. Оказалось, что у некоторых из них ранее выработанные условные рефлексы могли сохраняться долго, а у других быстро исчезали. Одни собачки были «хорошими учениками», то есть с легкостью усваивали и выполняли требования экспериментатора, другие делали это с большим трудом, как бы вяло, неохотно.

Поскольку собаки не люди и не могут симулировать усталость, по собственному желанию работать хорошо или плохо, то И. П. Павлов связал эти особенности их поведения с *природными, врожденными и неизменными свойствами их нервной системы*, которые назвал:

- ✧ силой, проявляющейся в выносливости, способности переносить длительные нагрузки и действие больших по величине раздражителей;

- ✧ *подвижностью*, выражающейся в возможности переделки сигнального значения раздражителя. Например, вместо ранее используемого света в новой серии опытов использовался звук или касание, или животное учили по-разному реагировать на звуки разной высоты, продолжительности, ритмичности. Другими словами, это свойство нервной системы связано с возможностью быстрой перестройки, переучивания;
- ✧ *уравновешенностью*, которая предполагает примерно равную степень выраженности процессов возбуждения и торможения.

Устройство и работа нервной системы людей принципиально ничем не отличается от таковых у павловских собак. И у нас нервные клетки, входящие в состав нервной системы, обладают свойством силы-слабости. Процессы, протекающие в них, подвижны, то есть обладают высокой скоростью, или инертны, протекают замедленно, а степень выраженности возбуждения или торможения предполагает баланс в сторону одного из процессов или их взаимную уравновешенность.

Формирование нервной системы человека происходит в период внутриутробного развития на втором-третьем месяце беременности. Тогда же закладываются и ее свойства.

Новорожденный младенец уже обладает определенным набором свойств нервной системы, которые и будут предопределять его последующее психическое развитие, регулировать процесс формирования общих способностей: работоспособности, трудоспособности, способности к обучению, приспособлению или адаптации, способности к саморегуляции и другие.

..... Типичные ситуации



Мне сказали, что мой ребенок неуравновешенный. Это что же? Значит, мы с отцом его плохо воспитываем?



Не устаю поражаться, насколько не похожи друг на друга мои дочери-двойняшки. Одна родилась значительно крупнее другой. Но дело даже не в этом. С первых месяцев их развитие протекало неодинаково. Они и теперь по-разному реагируют на мои слова, имеют разные увлечения, по-разному относятся к занятиям и поручениям. С возрастом они стали больше походить друг на друга внешне, но по характеру отличаются, как день и ночь.

.....

Родители маленьких детей становятся своеобразными заложниками врожденных свойств нервной системы своих отпрысков. Если у малыша хороший аппетит и ничего не болит, но, тем не менее, он кричит по ночам, требует, чтобы днем его долго укладывали, плохо спит в помещении, то, скорее всего, так проявляется одно из свойств его нервной системы — *неуравновешенность*. Переделать психику ребенка невозможно. Поэтому родителям остается одно — ждать. К полутора-двум годам малыш наберется опыта регуляции своих функциональных состояний, и проблема будет разрешена.

Ушибы и падения, неизбежные в детском возрасте, а также мелкие обиды заставляют детей с ярко выраженным свойством неуравновешенности нервной системы или ее дисбалансом по возбуждению плакать долго и безутешно. Приход гостей, детские праздники, посещение театра, зоопарка и любые другие подобные события вызывают у них бурный восторг и общее возбуждение. Это может легко привести к перевозбуждению, которое выразится, в зависимости от ситуации и других особенностей ребенка, в нарушении сна, истерике, рвоте и других малоприятных вещах.

Преобладание процесса *торможения*, напротив, гарантирует спокойное протекание первых недель и месяцев жизни малыша. Такие детишки просыпаются к моменту кормления, а насытившись, легко засыпают. Довольно скоро они отказываются от ночных кормлений, и восторженные мамочки заявляют родственникам и знакомым: «Мы с Максимкой (Иришкой) спим до

девяти утра!» Вечернее купание приводит к быстрому расслаблению и спокойному ночному сну. Зато этим детям свойственно чрезмерное упрямство, а в школьные годы у них могут возникать проблемы с переключением внимания. Ребята жалуются взрослым, что не успевают записывать на уроке. Часто в их дневниках вместо записей домашнего задания оказываются сплошные пробы. Подготовка к занятиям нередко затягивается до поздней ночи, что нервирует и взрослых, и детей. А причина перечисленных явлений все та же — врожденный дисбаланс нервной системы по торможению.

Подвижность нервных процессов, или, как стали называть в специальной литературе последних десятилетий, их *динамичность и лабильность*, также имеют множество поведенческих проявлений, которые могут радовать или огорчать в зависимости от точки зрения и внешних обстоятельств. В возрасте от полутора до пяти лет дети с ярко выраженными свойствами динамичности и лабильности не могут занять себя сами игрой. Игрушки им быстро надоедают. Поэтому во многих домах их скапливается великое множество. Ребенок требует новых и новых, а старые тут же забрасываются и пылятся без всякой надобности. Много проблем возникает и тогда, когда, например, приходится ждать своей очереди в детской поликлинике или ждать маму, если она останавливается поболтать с приятельницей, ожидать возвращения взрослых домой с работы или из магазина и т. д. и т. п. Чтобы избежать неприятного состояния ожидания, такие ребята пускаются на разные хитрости. В ход идут слезы, вымышленные страхи и болезни, а порой и агрессивные выходки.

Зато в период школьного обучения у ребят с высокой динамичностью и лабильностью нервной системы появляется возможность большую часть учебного материала усваивать прямо на уроке. В связи с этим у них остается свободное время, которое они тратят по собственному усмотрению. Эти ребята радуют педагогов и родителей широтой своих интересов. У них практически не возникает проблем с адаптацией в новом коллективе. А число их друзей и приятелей исчисляется несколькими десятками.

Дети с сильной и слабой нервной системой кардинально отличаются друг от друга по умственной работоспособности, умению переносить физические, интеллектуальные и эмоциональные нагрузки.

Плохая отметка наверняка вызовет слезы у ученика начальной школы. Но ребенок с сильной нервной системой быстро забудет о ней, а возможно, и вообще прибегнет к какой-нибудь хитрости, чтобы не огорчать своих домашних. У ребенка со слабой нервной системой этот инцидент вызовет сильные и длительные переживания. Вполне вероятно, что до конца урока он не сможет работать наравне с другими детьми. Мысли его снова и снова будут возвращаться к пережитой обиде, неудаче. На фоне этих переживаний возможно снижение аппетита, появление сильной головной боли. Часто для нормализации состояния ребенка требуется энергичное вмешательство взрослых.

В более старшем возрасте школьники с сильной нервной системой склонны к выработке такого стиля учебной деятельности, который можно назвать словом штурмовщина. Им претят задания, требующие кропотливой работы (ведение читательских дневников, календарей погоды, разрисовка и штриховка контурных карт). Подготовку к зачетным мероприятиям и экзаменам они, как правило, откладывают на самый последний момент, в остальное же время лишь делают вид, что занимаются.

Подобная модель поведения, навязанная школьникам со слабой нервной системой, с большой долей вероятности приведет к нервному срыву (провалу на контрольной или экзамене, резкому расстройству здоровья и другим подобным явлениям). Поэтому уже в первые годы учебы в школе такие дети вырабатывают более планомерный и размеренный стиль учебной деятельности, который сглаживает, нивелирует эту особенность их нервной системы. В тех случаях, когда перегрузки неизбежны, родители должны позаботиться о полноценном отдыхе, продуманной системе питания своих детей. Это позволит избежать нежелательных эксцессов и предупредит развитие переутомления.

Знание основных свойств нервной системы своих детей позволит родителям правильно регулировать

их жизнедеятельность, предупреждать появление нежелательных форм поведения и отклонений.

Для определения свойств нервной системы ребенка совсем не обязательно применять специальные тесты, достаточно просто наблюдать за его поведением и анализировать.

В то же время свойства нервной системы составляют базу всего дальнейшего психического развития ребенка. Это первая из природных особенностей, с которой родителям и педагогам приходится сталкиваться с момента рождения и на протяжении всех последующих лет жизни ребенка. Их следует учитывать, правильно планируя и разрабатывая режим дня и необходимую систему ограничений.

■➔ Энергетика и обменные процессы

Энергетический баланс — это еще одна природная составляющая процесса развития. Как и все живые существа, человек является открытой системой, то есть получает энергию извне вместе с продуктами питания и расходует ее на свои нужды. Энергия необходима для осуществления деятельности и для поддержания внутреннего равновесия (температурного баланса, газообмена и т. п.).

Человеческий организм как бы запрограммирован на потребление определенного количества энергии и в то же время обладает способностью направлять ее на полезную для себя работу. Работу механических систем (машин и различных технических устройств) характеризуют коэффициентом полезного действия (КПД): если они потребляют много энергии, а полезной работы производят мало, то их КПД низкий, а если при малом расходе энергии имеют большую производительность, то говорят о высоком КПД. Аналогично можно оценивать и работу организма человека, который может полностью и эффективно расходовать полученную энергию, а может утилизировать ее крайне незначительно, сохраняя и накапливая ее, запасаясь некоторыми веществами, чаще всего жирами. В последнем случае речь идет о *нарушении обмена веществ*.

.....Типичные ситуации.....



Откуда у него только энергия берется? Носится целыми днями, как угорелый. Поесть толком некогда. Я уж дочери сколько раз твердила, чтобы она отругала его хорошенько, а то я говорю, говорю, а он ничего не слушает. Дочь только рукой машет, дескать, пусть бегают.



Любаша с детства растет вялая и апатичная. Другие девочки бегают, прыгают, на одной ножке скачут, а она бы сидела день-деньской с бумажными куклами. Рисует что-то на них, выстригает. Или у телевизора сидит часами. На улицу не выгонишь! Пробовала записать ее на танцы. У нас неплохой детский ансамбль в Доме культуры. Не взяли из-за тучности. Люба и в самом деле немного полновата, но девочка и не должна быть на вешалку похожа. Спортом она не увлекается. По физкультуре, если бы не я, приносила бы огни тройки. Мы уж и у педиатра консультировались. Та говорит, что с ее стороны никаких отклонений нет. Просто девочке надо побольше двигаться. Да ведь не палкой же ее гонять?!



Илье поставили диагноз нарушение обмена. Я понимаю, если бы ему было шестьдесят лет, но ведь ему только восемь. Двигается он много, и на велосипеде катается, и в футбол играет, зимой на лыжах, на санках. И все равно полнеет. Ребята, пусть и без злобы, но иначе как Пончиком его не называют. Ест он очень много, но не голодом же ребенка морить. Он ведь растет. Принимать гормональные средства, вероятно, нельзя? Такие лекарства обязательно отразятся на его здоровье и развитии.



Приведенные высказывания характеризуют поведение детей с разной энергетикой и эффективностью процессов обмена веществ. Со временем в их развитии могут произойти определенные изменения. Но на протяжении жизни человека таких моментов не так уж много, если речь не идет о каком-либо серьезном заболевании. Перестройка энергетического баланса может произойти при

резком изменении гормонального фона. Как правило, такое случается в период полового созревания, у женщин при беременности и родах и, наконец, в пожилом возрасте при наступлении менопаузы, связанной с угасанием детородной функции. Когда же речь идет о детях, их энергетика и обменные процессы остаются практически неизменными, если ребенок не употребляет регулярно гормональные препараты и хронически недоедает.

О детской энергетике трудно сказать что-либо определенное в первые месяцы и годы жизни малышей. Но к трем-пяти годам уже складывается определенная картина.

О процессах обмена можно судить, прежде всего, по аппетиту детей. Встречаются такие малыши, которые уже в дошкольном возрасте потребляют количество продуктов, сопоставимое с нормой здорового взрослого мужчины. Степень же их активности может быть как высокой, так и низкой. В первом случае — это крепкие сильные ребята. Во втором — вялые пассивные дети, у которых уже к пяти-шести годам появляются признаки ожирения. Если же ребенок ест мало, но при этом сохраняет высокую активность и жизнерадостность, то это как раз тот самый случай, когда можно говорить о высоком КПД. Возникающий у них дефицит энергии они легко пополняют с помощью жвачки, конфеты-сосульки, сладкой воды, порции мороженого, фруктов, то есть всего того, что редко учитывается в детском рационе питания. Такие дети могут отличаться худобой или немного отставать в росте от большинства своих сверстников. Но это вовсе не является свидетельством их слабости или болезненности.

Плохой аппетит в сочетании с низкой активностью чаще всего бывает признаком того или иного соматического заболевания.

Энергетика, как природная особенность, во многом предопределяет образ жизни ребенка, выбор им способов времяпрепровождения.


Попытки взрослых вмешаться в этот процесс не всегда заканчиваются удачей. Природа стойко сопротивляется такого рода воздействиям. Временные отступления обычно заканчиваются возвратом к индивидуальной норме. Для достижения успеха помимо педагогических воздействий


необходим комплекс мер, включающий постоянный прием фармакологических препаратов, разработку специальных диет, применение пищевых добавок. Нужен ли подобный прессинг и система ограничений детям, не достигшим половой зрелости, решать их родителям. Но совет хорошего врача-специалиста лишним не будет никогда.


➡ Тип телосложения, или конституциональные особенности


То обстоятельство, что взрослые и дети имеют разный тип телосложения, ни для кого не секрет.

..... Типичные ситуации

 *Мне всегда говорили, не надо переживать, вырастешь — похудеешь, девочка и не должна быть худой. Но что мне прикажете делать? По телевизору вон каких показывают. А я даже брюки не могу себе подобрать. Ни огни не лезут! Я и к врачам обращалась, а с матерью устала скандалить. Мне тринадцать лет. А они ничего не понимают, твердят одно и то же, что диеты — это глупости, и ими можно довести себя только до язвы...*

 *Сын перешел в шестой класс. Разденется — без слез смотреть невозможно. Кожа да кости. Вес всего двадцать шесть килограммов. Но ведь он же не больной. Учится нормально и спортом занимается. Но худющий, точно его вообще не кормят.*

 *Ребенок с детства страдает от разных укусов и прыщей. Играет вместе с другими, всем ничего, а он как чесаный!*

 *В саду меня гразнили хлюпиком, в школе дистрофиком, а теперь шизиком. У меня практически нет друзей, хотя знаю я много и умею рассказывать интересно. Мой внешний вид пугает многих болезненностью и странностью, хоть я совершенно нормальный.*

.....

Оглавление

От автора	3
Глава 1. ВЛИЯНИЕ ПРИРОДЫ, ИЛИ НАСЛЕДСТВЕННАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА	5
Свойства нервной системы	6
Энергетика и обменные процессы	11
Тип телосложения, или конституциональные особенности	14
Динамические особенности поведения, или темперамент	21
Темпераментные особенности личности	27
Глава 2. ВОЗРАСТНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ	34
К чему стремится ребенок на каждом этапе своего развития?	35
Возрастные особенности	39
Актуальные потребности и возраст	43
Возраст и саморегуляция	46
Глава 3. ПОЛ И ХАРАКТЕР	51
Разница в развитии, разница в поведении	52
Установки и предпочтения, связанные с полом	56
Старший брат, старшая сестра	58
Гендерные стереотипы — стереотипы мужественности и женственности	61
Глава 4. ЗАГАДКИ ВОСПИТАНИЯ	68
Кто воспитывает ребенка?	69
Жизненные стереотипы	73
Родительский пример и подражание	77

Врастание в культуру	83
Чужое влияние.....	88
Встречная активность воспитанников	92

**Глава 5. ВЛИЯНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
РАЗЛИЧНЫХ ФАКТОРОВ НА ХАРАКТЕР
И ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА** 97

Характерологические особенности типов темперамента	98
Сглаживание и выявление природных особенностей	103
Поведение и мотивация	109
Воспитание и самовоспитание	114
Отношение окружающих.....	117
Внутренняя противоречивость поведения.....	123

Глава 6. ОДНА СЕМЬЯ — РАЗНЫЕ ДЕТИ..... 129

Старшие и младшие дети.....	130
Погодки, или проблема лидерства	133
Братья по духу и братья по крови.....	138
«В семье не без уроды»	142
Эти родные неродные дети	145

Глава 7. БОЛЬШОЙ МИР ВНУТРИ НАС..... 152

Город и дети	153
Что смотрят и во что играют дети	157
Невечные ценности	161
Динамика семейных ценностей	166

Вместо заключения 171

Список использованной литературы..... 173