Тип нервной системы и индивидуальный познавательный стиль учащихся

Часто родителей и учителей удивляет, почему успехи ре­бенка в школе ниже, чем могли бы быть. Почему по резуль­татам психологической диагностики у него высокий уровень развития мышления, а за контрольные работы он получает не только «четверки», но порой и «тройки»? Почему психологи утверждают, что у него все в порядке со вниманием, а учите­ля сетуют на невнимательность ребенка? Или ребенок жалуется на сильную усталость, а врачи не находят у него проблем со здоровьем?

На успешность обучения в школе влияет тип нервной системы ребенка. При орга­низации урока, подготовке домашнего задания, необходимо учитывать тип нервной системы, тем самым помогая ребенку находить свои сильные стороны и компенсиро­вать трудности.

Что же такое тип нервной системы? Как он влияет на про­цесс и результат обучения? Выделяют сильный и слабый типы нервной системы. Они различаются прежде всего работоспособностью (или утомляемостью), которая может быть оптимальной при определенных условиях.

**Учащиеся со слабым типом нервной системы** имеют низ­кую выносливость, поэтому им требуется больше времени на выполнение заданий, чтобы дать отдых вовлеченным в про­цесс нервным клеткам и сохранить оптимальную работоспо­собность. Лучше всего, когда такие дети имеют возможность выполнять качественно разнородные действия. Если этого не обеспечить, они обычно переходят к новым действиям, ново­му заданию, не закончив предыдущего, и производят впечат­ление учеников, которые ничего не доводят до конца. А на самом деле у них просто включается защитное торможе­ние, которое помогает избежать переутомления.

К примеру, при заучивании текста им полезны вспомога­тельные действия — деление его на фрагменты, рисование мысленных картинок к ним, составление плана и т.п.

Если же дети действительно устали, следует подумать, как организовать их отдых. Может быть, снизить внеучебную на­грузку (кружки, спортивные секции и т.п.).

В особо сложной ситуации оказываются дети, родители которых имеют «сильный» тип нервной системы и потому незнакомы с подобными проблемами.

Тип нервной системы влияет и на выполнение домашнего задания. **«Сильные» дети** могут все сделать за один присест (при наличии высокой мотивации). При этом допустим не­большой шум, он не отвлекает их. Общество сверстников также не мешает, а только помогает их работе. Однако вначале им иногда требуется некоторая «раскачка», поэтому предпочти­тельнее двигаться от легких заданий к более трудным.

Детям **со слабым типом**, наоборот, необходимы перерывы в работе, полная тишина и уединение. Полезно планировать выполнение домашнего задания: от сложного к простому, предоставлять возможность тщательного контроля результа­тов. Можно предлагать им использовать наглядные образы (картинки, схемы) к устным заданиям учащиеся смогут их использовать в классе при ответах.

На работоспособность ребят оказывает влияние и степень нервного напряжения. **У «сильных» детей** в трудной ситуации (ограничение во времени, экзамены) увеличивается тонус умственной деятельности, в связи с этим время выполнения заданий уменьшается. Поэтому конт­рольные работы они могут делать лучше текущих. **У «слабых» в** этой же ситуации тонус умственной деятельности снижает­ся, а время выполнения заданий увеличивается. Следователь­но, качество контрольной работы может быть хуже. Родите­лям накануне проверочной работы можно настраивать «сильных» детей на успех, призывать их постараться, обещать по­ощрить. «Слабым» детям это противопоказано. Даже косвенные проявления «настроя на успех», например, усиленная подготовка, могут вызвать ухудшение результатов работы ребенка. Поэтому стоит, наоборот, слегка обесценить значимость контрольной, рассказать о собственных неудачах и вместе посмеяться.

Для **ученика со слабым типом** нервной системы проверочная работа или ответ у доски должны происходить в определенное, ожидаемое время, так как ему нужно настроиться на ответ или контрольную. Непредвиденная ситуация, вопросы, требующие быстрого ответа, могут привести к распаду деятельности. Иногда следует предоставить ему возможность изложить свои мысли в письменной форме.

Настроиться ученик должен не только на время, но и на форму проведения контрольной работы. Она должна быть привычной. Полезно давать задания по единому алгоритму, шаблону, схеме.

**Общие рекомендации для ребенка со слабым типом нервной системы:**

- снизить тревогу;

- при усвоении материала и устном ответе использовать внешние опоры: графики, схемы, диаграммы, таблицы;

- не требовать выполнения заданий по только что пройденной теме. Ученику нуж­но дать возможность подготовиться к контрольному мероприятию, но не переусердствовать, чтобы у него не включи­лось защитное торможение.

Следующее, чем различаются индивидуальные стили «сла­бых» и «сильных» детей — *это соотношение главных и вспомо­гательных действий****.*** Что имеется в виду? Все человеческие действия делятся на главные, то есть ведущие непосредственно к достижению цели, и вспомогательные, ко­торые организуют условия для выполнения главных — конт­ролируют, подготавливают и т.д. Например, при написании изложения главные действия сводятся к прочтению, запоми­нанию и воспроизведению текста на бумаге. Вспомогатель­ные действия при этом: грамотно обустроить рабочее место, написав абзац, прочитать его и подумать, что следует дальше.

**У детей со слабым типом** нервной системы при свобод­ном выполнении заданий количество главных действий мень­ше, чем вспомогательных. Для получения высокого результа­та им необходимо тщательно подготовить рабочее место, на­строиться на работу, скрупулезно проверить ее в конце.

**У детей с сильным типом** нервной системы, наоборот, главных действий намного больше, чем вспомогательных, то есть они тратят меньше времени на подготовку к работе и ее проверку. Однако точность выполнения заданий при этом может страдать. Поэтому взрослым необходимо побуждать ребят к самоконтролю, учить проверять работу, не торопиться.

Еще одна особенность касается *планирования собственной деятельности.* **Дети с сильным типом** нервной системы могут одновременно держать в голове несколько заданий по раз­ным предметам. Детям со слабым типом стоит приступать к новой работе, закончив предыдущую. Если необходимо сде­лать несколько заданий за длительный срок, лучше сплани­ровать их выполнение.

Важно отметить, что **ученики со слабым типом** нервной системы отличаются большей *эмоциональной чувствитель­ностью****.*** Они остро реагируют на внешние воздействия, которые другими детьми не замечаются. У ребят со слабым типом нервной системы довольно быстро наступает порог насыщения, и поэтому интенсивность реакций сильно снижается. Это необ­ходимо учитывать взрослым при организации поощрений и наказаний. Чересчур эмоциональное поощрение приведет к перевозбуждению и снижению работоспособности. Так же, как и чрезмерные замечания учителя на уроке, вероятнее всего, приве­дет к ухудшению результатов деятельности. Этим детям до­статочно одного взгляда педагога или родителя, чтобы из­менить свое поведение. Нужно помнить, что у некоторых учащихся может сформироваться страх совершить ошибку, тогда при выполнении задания они будут ориентироваться не на достижение успеха, а на избегание неудачи, что суще­ственно снизит эффективность работы, приведет к умень­шению концентрации внимания. Помимо страха неудачи, детям со слабым типом нервной системы присуще психосо­матическое реагирование (уход в болезнь) на невозможность добиться жела­емого учебного результата. Поэтому необходимо научить ребят переживать свои ошибки.

У **«сильных» детей возникает** другая трудность. Им для поддержания оптимального уровня возбуждения требуется проявлять *высокую активность.* Таким учащимся необходимы продолжительные двигательные реак­ции или интеллектуальные действия. Стоит избегать длительной монотонной, эмоционально не окрашенной работы, которая снижает внимание, вызывает истощение. Нужно менять деятельность, предоставлять возможность выполнять задания своими способами, помогать формировать самоконтроль результатов, планировать свои действия, учить способам повторения пройденного.

*Хухлаева О.В. «Школьная психологическая служба» М.: Генезис, 2008*