

Воспитываем внимание. Рекомендации родителям

Первая трудность, с которой сталкивается первоклассник, придя в школу, – это необходимость быть внимательным. И самая большая трудность учителя – собрать внимание детей.

Каждому из нас приходилось встречать в своей жизни людей необычайно наблюдательных и удивительно рассеянных. Наблюдательные замечают все: они видят и слышат даже то, что, казалось бы, их не касается. Они всегда в курсе того, что происходит, знают, что было, и осведомлены о том, что будет. Рассеянные смотрят и как будто не видят, слушают и как будто не слышат. К таким людям лучше не обращаться с вопросом: они никогда ничего не знают.

Большинство людей кое-что замечают, а кое-что пропускают.

В чем же дело? Почему так происходит? Как помочь ребенку не стать «рассеянным с улицы Бассейной»?

В основе полезного качества – наблюдательности лежат психологические процессы внимания.

Внимание бывает трех видов: произвольное, непроизвольное и постпроизвольное.

Непроизвольное внимание – самое раннее в развитии человека. Это реакция на раздражитель: внезапный звук, яркий предмет, любое движение. И.П. Павлов назвал этот вид внимания «Что такое?». Оно носит адаптационный характер, помогая человеку (и животному) сориентироваться в окружающем пространстве. Этот вид внимания присущ младшим школьникам. Именно поэтому они отвлекаются на малейший раздражитель.

Произвольное внимание – другой вид внимания, когда человек специально сосредоточивается на чем-либо. Здесь главное – волевой механизм, умение себя организовать, не отвлечься. Маленьким детям это трудно, поэтому учителя часто повторяют **сигнальные** слова: «Посмотрели все сюда!»; «Слушайте внимательно!»; «Запомните!»; «Внимание!» и т.п. Когда это не помогает, приходится спускаться до уровня непроизвольного внимания – похлопать в ладоши, постучать по столу. Удерживать долго произвольное внимание трудно даже взрослому с тренированной волей, каково же ребенку?! Между тем процесс обучения в школе ориентирован в основном на работу произвольного внимания, поэтому у младшего школьника его надо специально воспитывать и тренировать.

Постпроизвольное внимание, к которому стремится каждый учитель. Механизм этого вида внимания – непроизвольный интерес ребенка к тому, к чему произвольно пытается привлечь внимание учитель. Другими словами, движущей силой постпроизвольного внимания, его **мотивацией** становится **интерес ребенка к содержанию предмета**. Такое внимание не требует волевого усилия (как произвольное) и не является случайной ориентировочной реакцией (как непроизвольное). Оно сочетает в себе лучшие свойства того и другого: не утомляет, не заставляет включать волю и в то же время в высшей степени организует деятельность ребенка и включает цепочку познавательных процессов: восприятия, мышления, памяти. Представьте, как дети слушают интересную сказку: лица повернуты к рассказчику, они ловят каждое слово, замерев в глубоком внимании, их не надо призывать к порядку, к тишине. Это и есть постпроизвольное внимание. Про него можно было бы сказать: «Когда самому интересно».

Постпроизвольное внимание – самое «выгодное» и для детей, и для тех, кто их учит: дети не устают, очень хорошо воспринимают и запоминают информацию; учителю тоже интересно работать, можно много успеть, многого достичь.

Как добиться такого уровня внимания?

Тренировка внимания.

Ее нужно начинать в самом раннем возрасте с развития наблюдательности. Но не всегда родители занимаются этим, и в результате в школу приходят невнимательные, рассеянные, несобранные дети. Как с ними работать? Тренировка внимания доступна всегда, в любой момент жизни. Для этого учителю нужно обращать внимание детей на конкретные вещи: «Красиво сделано, да?»; «Хорошо поступил, верно?»; «Вкусно пахнет, правда?»; «Посмотрите, какие облака! На что они похожи?» Заметьте, что это каждый раз приглашение ребенка к разговору, «включение» его в ситуацию. Сравните с утверждениями:

«Красиво сделано»; «Хорошо поступил» и т.д. Они просто оценочные. Без подключения самого ребенка к этой оценке он не может услышать взрослого. Ребенок иногда имеет отличное от учителя мнение. Это тоже «включенность» и путь к развитию самостоятельности.

Развитие наблюдательности можно превратить в веселую и занимательную игру. Например, предложите ребенку или нескольким детям заметить и запомнить спрятанные под салфеткой предметы, когда вы их откроете на две минуты; потом на одну минуту, на 30 секунд. Предметов не должно быть больше семи, и детям, безусловно, они должны быть знакомы. Для каждого ребенка предметы меняются. Соревнование детей повышает их мотивацию к развитию наблюдательности.

Очень важно воспитывать готовность ребенка быть внимательным всегда. Для детей это должна быть ситуация игры. Например, закройте ребенку глаза и попросите описать, во что вы сегодня одеты. Во что – его подружки и друзья? Какого цвета занавески в классе, сколько цветов на окне? Неожиданные вопросы на наблюдательность полезны потому, что помогают организовать и дисциплинировать внимание ребенка. Дело в том, что внимание малыша рассеивается, направленность его на что-либо все время подвергается «атакам» многих раздражителей. Вопросы взрослого помогают справиться с этими отвлечениями. **Не забывайте похвалить ребенка.**

У малышей заметно развивает наблюдательность целенаправленное совместное рассматривание рисунков, в частности, помимо общего их содержания, обсуждение деталей. Если учитель придает этому обсуждению оценочный характер, то он тем самым способствует развитию анализа у ребенка, а это уже мыслительный процесс. Например, не просто констатируется какая-то деталь на рисунке, а как бы «развертывается»: «Шнурок развязан. Торопился или еще не умеет завязывать? Может упасть, да?»; «Это облако белое, легкое, а это – темное, тяжелое. Из какого может пойти дождь?»; «Много нарисовано цветочков. А как они называются?» – и т.д.

Очень полезны игры типа «Найди различия», «Отыщи одинаковые», «Нарисуй по образцу». Можно сравнивать листья деревьев разных пород («Найди различия») или одной породы («Попробуй найти одинаковые»), или зарисовать их потом по памяти. Внимания требуют многие подвижные игры на уроках физкультуры, такие как игра, с мячом «Одушевленные – неодушевленные предметы» (одни ловим, другие нет). Наверняка у каждого учителя есть и свои приемы, свои придуманные игры. Здесь действительно есть простор для творчества!

Внимание обладает важными качествами: емкостью, скоростью переключения и устойчивостью.

Емкость показывает, как много объектов одновременно может быть охвачено вниманием.

Скорость переключения – быстроту переключения внимания с одного объекта на другой.

Устойчивость – способность удерживать внимание на одном предмете нужное время.

Вернемся теперь к началу нашего разговора о наблюдательных, рассеянных и обычных людях. Что же на психологическом уровне влияет на их поведение?

Во-первых, каждый несет в себе разные природные задатки: скорость нервных процессов, быстроту переключения с одного процесса на другой, степень активности и утомляемости и т.п. Понятно, что быть наблюдательным (восприимчивым) легче тому, у кого более лабильная, подвижная психика. Поэтому несправедливо и бессмысленно упрекать рассеянного ребенка в ненаблюдательности. Он рожден таким! Другое дело, что, к счастью, любое качество можно развить, только «потолок» у каждого будет свой.

Во-вторых, более наблюдательные, как правило, оказываются и более любознательными, а в основе этого качества лежит свойство интеллектуальной активности, которое, как показали исследования отечественных психологов, является тоже врожденным.

В-третьих, рассеянность не обязательно означает общую несобранность внимания. Иногда это результат высокой концентрации внимания на каком-то одном предмете (как у «рассеянного профессора») или на своем внутреннем мире, переживании. Сейчас становится все более распространенным явление ухода ребенка в виртуальный компьютерный мир, который оказывается для него более интересным. Такой ребенок тоже выглядит рассеянным, не заинтересованным в реальном мире и даже отстраненным от него. Это опасная тенденция!

В-четвертых, на развитие внимания влияют психологические факторы: способы воспитания, обучения ребенка, стиль отношений со взрослыми и сверстниками, возможности реализации способностей ребенка и т.д. Например, сильная опека (гиперопека) подавляет не только инициативу, но и волю ребенка, которая лежит в основе произвольного внимания. И, напротив, бесконтрольный ребенок просто не умеет организовать свое внимание – у него нет такого опыта. И вот самая частая характеристика ребенка в школе: «способный, но невнимательный» или того хуже – «ленивый».

В-пятых, медицинские причины влияют на умственную деятельность и, в частности, на внимание: неполноценное питание, авитаминоз, недостаток микроэлементов, хронические и инфекционные заболевания, глисты и т. п. иногда могут являться основной причиной рассеянности или постоянного отставания ребенка в своем развитии.

Таким образом, множество причин влияет на отдельные качества ребенка.

Воспитывая внимание – обеспечивается лучшее восприятие, память, формируется характер. Заботясь о наблюдательности – получаем пищу для мышления, понимания, отношения, собственного мнения и т.д.

Если относиться к ребенку как к младшему партнеру, который очень скоро с помощью взрослых достигнет нужного уровня и перерастет их. Если правильно понимать вклад и ответственность Воспитателя в этот рост, – то осознание самого труда расширяется до эволюционных процессов человечества, занимая свое законное почетное место: без Учителя, Воспитателя нет развития Человека и Человечества в целом.