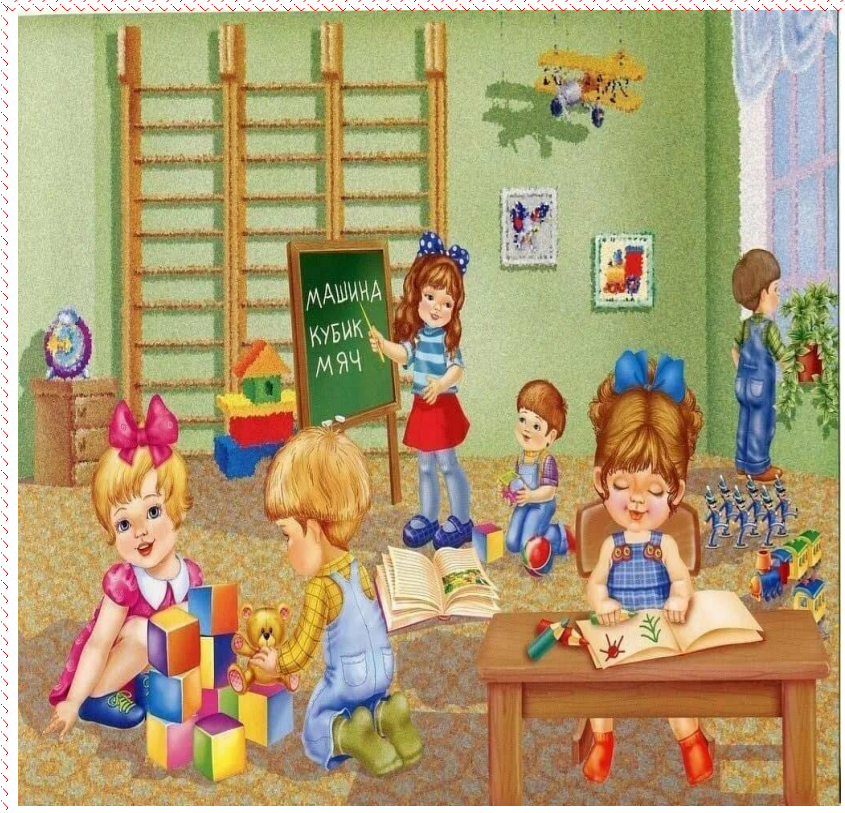

Рассеянные дети

Ваш ребенок рассеянный, если:

- он не может долго сосредоточиться на чем-то одном (имейте в виду, для каждого возраста свое время)

- он без конца отвлекается от основного занятия уже через

5-10 минут

- его мало что может увлечь, даже самая интересная книга или яркий мультфильм

Педиатры говорят, что причиной детской рассеянности может быть недостаточное развитие отделов мозга, которые должны выполнять функцию концентрацию внимания. Однако, рано бить тревогу и идти в аптеку за психостимулирующими препаратами для лечения болезни. Если вы постараетесь уделять ребенку больше внимания и заниматься с ним, то ситуацию можно исправить, избавившись от излишней рассеянности.

Как предотвратить проблемы

Начинать тренировать внимание можно уже в дошкольном возрасте. Благодаря ассортименту детских товаров, направленных на развитие внимания, вы без труда подберете игрушки, которые понравятся вашему малышу, и он с интересом их будет рассматривать, разбирать.

Настольные игры– мозаика, пазлы или лото. Покажите ребенку, как нужно собирать картинку, расскажите, какие бывают правила в игре и пр. С помощью совместных занятий он увидит, как интересно собирать из частиц нечто большее.

Побуждение к созерцанию. Проводите с ребенком больше времени на улице, обсуждайте, что вы видите: падение листьев, полет птиц, шелест травы. Ребенок, наблюдательный с детства, никогда не будет рассеянным.

Организация рабочей обстановки для профилактики рассеянности. Окружающие условия должны настраивать ребенка на рабочую атмосферу. Не стоит располагать стол вблизи окна, иначе он будет отвлекаться.

Тренировка памяти. Она успешно достигается обсуждением прочитанного материала. После прочтения какой-либо книги, попросите ребенка вспомнить сюжет, сосредоточив внимание на этом пересказе как можно больше времени. Это относится и к просмотренным телепередачам и мультфильмам.

Развитие самостоятельности. Побуждайте ребенка к самостоятельности. Непременно хвалите его за полученный результат.

Многие родители так озабочены проблемой внимания, что либо вовсе игнорируют сильные качества ребенка, либо недооценивают их. Таким образом, они усугубляют ситуацию, умаляя достоинства, как раз и способные восполнить недостатки. Представьте, что 80% своего времени вы должны заниматься тем, что для вас крайне трудно. Ну, скажем, вы правша, а целый день напролет должны писать левой рукой. Стоит ли говорить, что вам трудно будет сосредоточиться. Вскоре вы начнете мечтать (скорей всего о том, как бы от этого дела избавиться вовсе). Так чувствует себя ребенок, у которого внимание рассеяно. Например, тот, чьи родители, зная, что он силен в математике, но плохо читает, занимаются с ним исключительно чтением. В школе учительница тоже дает ему дополнительные задания по этому предмету, ведь надо побольше практиковаться.

Неудивительно, что они получают результат, обратный ожиданиям. Ребенок постоянно занятый скучным, трудным для него делом, стремится от него ускользнуть, хотя бы в свои грезы наяву. В итоге ему могут ошибочно приписать общее расстройство внимания, хотя на самом деле это специфические затруднения, проявляющиеся в конкретной сфере.

Чем более гибким и чутким будет ваш подход к ребенку, чем активнее вы будете учитывать его склонности, тем более внимательным он станет. Ребенок должен быть уверен в поддержке родителей.