

КОНСУЛЬТАЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ

Медлительные дети

Медлительные дети часто подвергаются стрессам и как следствие неврозам. Положение медлительного ребенка в семье и в детском коллективе очень осложнено особенностями его высшей нервной деятельности, но никакой обреченности здесь нет, самые неблагоприятные типологические черты можно в значительной степени выправить.

Необходимо специально заниматься с такими детьми. Нельзя полагаться на то, что вот ребенок подрастет и все выправится само собой. Медлительным детям нужна активная помощь со стороны взрослых и систематическая тренировка свойства подвижности и внутреннего торможения.

Медлительный ребенок, может все, что может подвижный, но дается это ему очень дорогой ценой (нередко - действительно невротизацией), если мы не поможем ему своевременно компенсировать недостаток подвижности нервных процессов. Поэтому не жалейте того, в сущности, небольшого времени, которое требуют занятия с ребенком, чтобы облегчить ему приспособление к требованиям социальной среды.



Рекомендации родителям:

1. Необходимость тренировки подвижности нервных процессов у медлительных детей. С четырех до шести лет идет очень энергичное созревание биохимических механизмов нервной системы, а в связи с этим и формирование свойств нервных процессов. Естественной тренировки обычно, оказывается недостаточно и ребенок не может преодолеть свою медлительность в той степени, которой мы добиваемся и родители должны выделить, время для специальных занятий-игр. Это не так уж обременительно, т. к. опыт показал, что при ежедневных занятиях достаточно 10-15 минут.

2. Организация жизни медлительного ребенка требует выполнения некоторых условий:

Первое условие: помнить, что медлительность - свойство нервных процессов ребенка и, он "копается", не назло вам, просто иначе он не может. Поэтому нужно стараться разговаривать и обращаться с ним спокойно, без попреков и понуканий.

Второе условие: не проявляйте спешки и не нервничайте, делая что-то с медлительным ребенком. Собираетесь ли в детский сад, кормите его, складываете игрушки, и т. д. - держитесь спокойно, даже если время у вас ограничено. Всякая спешка сейчас же вызовет у медлительного ребенка углубление торможения и еще большее замедление реакций (а у вас - раздражение). Рассчитайте время утром так, чтобы дать ребенку возможность встать, умыться, позавтракать без конфликта.

Условие третье: ребенку с инертными (малоподвижными) нервными процессами легче приспособиться к определенному порядку выполнения всех повседневных дел: какие действия и в какой последовательности совершать перед едой, перед сном, даже при мытье рук и т. д. Эти жизненные стереотипы очень важны для любого ребенка, но во много раз важнее они для медлительного. Если ребенок в одно время ложится спать, встает, ест, гуляет, если каждая процедура имеет определенный порядок, то ему легче справиться со стоящими перед ним задачами.

Четвертое условие: любую нагрузку на свойство подвижности (более быстрое выполнение задания, ограничение времени и т. д.) давать на хорошем эмоциональном фоне. Хороший эмоциональный фон, т. е. веселое, оживленное настроение создается лучше всего в игре, поэтому

желательно вносить элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка.

Выполнение этих правил существенно облегчит положение, но для того, чтобы добиться радикального улучшения, наряду с выполнением этих правил, нужно проводить систематическую тренировку подвижности нервных процессов в специально подобранных играх.

3. Спокойствие и принятие: не торопите, не ругайте и не сравнивайте ребенка. Окрики и недовольство только замедляют его.

4. Четкие инструкции: говорите коротко: «Возьми куртку», а не длинный монолог. Можно использовать жесты, например, показать пальцами, что нужно поторопиться.

5. Время и режим: дайте ребенку дополнительное время на выполнение заданий. Установите четкий режим дня, чередуя труд и отдых.

6. Используйте игры со временем (секундомер) для веселого соревнования: «Кто быстрее соберет кубики?»

7. Развивайте подвижность через физкультуру, плавание.

8. Тренируйте скорость реакции в играх (кто быстрее раскрасит, кто быстрее добежит до стула).

9. Помощь и уверенность: предлагайте ненавязчивую помощь, но постепенно уменьшайте ее. Хвалите за успехи, помогайте принимать решения, чтобы он не чувствовал себя беспомощным.

10. Снижайте собственный темп: если вы вечно спешите, ребенок «копается» в ответ на ваш ритм. Замедлите свою жизнь, это поможет и ему.

11. Позитивный настрой: Давать задания на скорость нужно на позитивном фоне. Хвалите ребенка, даже если он сделал что-то чуть быстрее, чем вчера.



ЧЕГО НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ:

- 1) Не давать длинных указаний.
- 2) Не сравнивать со сверстниками.
- 3) Не навешивать ярлыков («медлительный», «неуклюжий»).
- 4) Избегать соревнований с другими детьми.

