

Медлительный ребёнок. Что делать?

Медлительность – это не недостаток, а особенность некоторых детей, которая, как правило, доставляет им и их родителям немало неприятностей. На групповых занятиях малыши не успевают за своими сверстниками, им сложно даются занятия спортом, дома медлительные дети могут часами собираться на прогулку или выполнять простую просьбу. Родители и другие взрослые часто не знают, как правильно реагировать на медлительность крохи, поэтому они торопят его, тем самым делая только хуже.

Почему ребенок медлительный?

Большинство возможных причин медлительности можно отнести к категории физиологических, некоторые же связаны с особенностями воспитания и психологией малыша. Давайте остановимся подробнее на каждой из этих причин.

1. Низкая подвижность нервных процессов. Подвижность - свойство нервной системы, которое определяет скорость и оптимальный темп выполнения какой-либо деятельности. С этим тесно связано понятие темперамента, то есть врожденного качества личности, которое влияет на эмоциональность, импульсивность, энергичность, выносливость человека. Наиболее четко темперамент замечен после 3 лет. К представителям «медлительных» типов темперамента относятся флегматики и меланхолики.

Темперамент не может быть «плохим» или «хорошим», но у него есть сильные и слабые стороны. Мы не можем повлиять на то, что заложено природой, но мы в силах помочь ребенку принять свою индивидуальность, научиться контролировать свой темперамент и развивать положительные качества.

- Дети-флегматики обладают сильной и уравновешенной нервной системой. Таких малышей часто называют «удобными детьми», ведь они послушны и спокойны, рассудительны и неспешны, могут подолгу заниматься и играть самостоятельно. Они хорошо кушают и много спят, любят рисовать и лепить, читать книжки, играть в спокойные игры. Флегматики – кропотливые труженики. Они не всегда быстро достигают успеха, но занимаются с усердием. Таким детям особенно необходимо принятие и поддержка со стороны родителей. Детям с данным типом темперамента свойственна особенная медлительность и вялость. Особенностью флегматиков является то, что им бывает сложно адаптироваться к новым условиям и влиться в коллектив.
- Дети-меланхолики, как и флегматики, быстро утомляются, легко отвлекаются, медленно и с трудом обучаются новому. Малыши с данным типом темперамента очень чувствительны и ранимы. Несмотря на то, что ребенок не выражает свои чувства и эмоции ярко, в глубине души он испытывает глубокие и сильные переживания. Больше всего на свете ребенок-меланхолик любит постоянство. К переменам он относится с недоверием и долго к ним привыкает. Веселым подвижным играм меланхолики предпочитают уединение и спокойные занятия. Они замкнуты и нерешительны.

Степень подвижности нервных процессов передается на генетическом уровне. Но это не означает, что в 7 лет ребенок будет такой же медлительный, как в 3 года, ведь по мере взросления малыш учится компенсировать те особенности, которые ему чем-то мешают.

2. Недостаток внимания, а именно трудности переключения внимания от одной деятельности к другой. Детям с такими особенностями не просто успевать за быстро меняющейся ситуацией, им нелегко выполнять поручения, состоящие из нескольких пунктов, и, тем более, практически невозможно делать несколько дел одновременно.

3. Левшество. Результаты некоторых исследований показывают, что леворукие дети медленнее своих праворуких сверстников осваивают какие-либо навыки. Однако серьезных статистических данных на этот счет не представлено.

4. Ослабленный иммунитет, физическое недомогание также могут оказывать влияние на темп деятельности ребенка.

5. Если медлительность малыша связана только с определенным видом деятельности, возможно, ему просто не хочется этим заниматься.

6. Желание привлечь внимание. Ребенок, который недополучает заботу и ласку, скорее всего, будет пытаться привлечь к себе внимание различными способами. Медлительность может вызывать у взрослых гораздо больше эмоций, чем «хорошее поведение».

Как себя вести, если малыш медлит?

Существует несколько важных правил общения с медлительными детьми, придерживаясь которых можно помочь ребенку чувствовать себя комфортно и успешно.

- Не торопите кроху. Пожалуй, это самый важный принцип, которому обязательно нужно следовать. При слове «быстрее!» малыши начинают нервничать и суетиться, но от этого их темп не только не увеличивается, но и зачастую снижается. Раздражение и недовольство по поводу медлительности ребенка могут стать причиной невроза.
- Хвалите кроху даже за небольшие достижения.
- Не сравнивайте ребенка с его более быстрыми сверстниками. Это сильно отражается на его самооценке.
- Избегайте ярлыков. Большинство информации о себе дошкольник узнает из уст близких и значимых ему взрослых. Если окружающие постоянно называют кроху лентяем или копушей, у него не возникнет мысли что-то менять.
- Четко организуйте режим дня малыша. Это поможет облегчить выполнение повседневных дел, так как кроха будет знать, что именно его ждет в ближайшем будущем. Используйте различные наглядные средства (схематичные календари, плакаты с расписанием дел и так далее), они будут служить для ребенка своеобразным ориентиром во времени.

- Давайте крохе четкие задание и просьбы. Дошкольники обычно воспринимают только одно указание за раз, поэтому нужно стараться максимально четко и конкретно выражать свои требования.
- Не делайте за малыша то, с чем он способен справиться самостоятельно.
- Постарайтесь развить внутреннее ощущение времени. Купите песочные часы, которые наглядно демонстрируют, как утекает время. Определите, за какое время можно почистить зубы, съесть кашу, дойти до школы или садика и что ещё можно сделать за это время. Научить ценить время-важная задача.
- Назначьте ребёнку трудовые обязанности: развешивать и складывать одежду в шкафу, мыть обувь, вытирать пыль. Определите время, которое отводится ребёнку на выполнение задания. Начните обращать его внимание на то, что все это нужно делать регулярно и не забывайте напоминать. Привлекайте к совместному труду.
- Развивайте внимательность. Придумывайте разные игры на скорость, но не со сверстниками, где ваш малыш проиграет, а просто сравнивая вчерашний результат и сегодняшний. Это не только поможет закрепить полезные навыки, но и придаст уверенности в себе. Один из способов справиться с медлительностью – рисовать на скорость. Попросите ребёнка нарисовать несколько кругов. Затем предупредите, что инструкцию вы повторите только один раз. Попросите заштриховать 5-й, 7-й и 8-й круги. Если малыш переспрашивает, скажите, чтоб делал, как запомнил. Постепенно усложняйте задание, увеличивая число кругов (или других геометрических фигур) и число закрашенных.

И помните, что самым эффективным способом побороть трудности является родительская любовь. Дети должны быть уверены, что могут рассчитывать на вашу поддержку в любых обстоятельствах, несмотря ни на какие свои недостатки.