Автор: admin
17.09.2011 21:42 - Обновлено 30.10.2014 02:26

Как помочь медлительному ребенку?

Часто ли вам приходится говорить своему ребенку такие слова: «Ну что ты все время копаешься? Вечно спишь на ходу! Сколько можно одеваться? Еле-еле душа в теле!» Если да, то эта статья специально для вас.

Скорее всего, вы эмоциональный, активный человек, а ваш ребенок в противовес вам медлительный, инертный. Терпение и ожидание не приносят изменений в его поведение. Просьбы, наказания и упреки делают только хуже.

С утра, собирая ребенка в детский сад, вы начинаете нервничать: жует свой завтрак еле-еле, одевается так же, приходится постоянно торопить. В саду такая же картина.

Первые полгода в первом классе более или менее удачные, затем начинаются бесконечные двойки: чтение, письмо, математика даются с трудом, домашнее задание приходится делать по 5 часов, на уроке ребенок ничего не успевает. Учителя считают его неспособным и плохо соображающим, или же способным, но ленивым. В общем вроде тихий и спокойный ребенок, а проблем выше крыши…

Безусловно, быстрый темп нашей жизни не может не отложиться пагубно на психике. Постоянно торопящие, ругающие взрослые вызывают у ребенка невроз, который со временем появляется частыми головными болями, нарушается сон, повышается утомляемость, интерес к учебе теряется.

Проблема медлительного ребенка не в том, что он ленивый, вредный или ни на что не способный, просто у него свой индивидуальный темп деятельности, который формируется в соответствии с особенностями нервной системы человека.

Великий русский ученый И. П. Павлов выделил четыре типа нервной системы, которые перекликаются с четырьмя типами темперамента, установленными Гиппократом еще в IV веке до н.э.:

1. Сильный, уравновешенный, подвижный тип нервной системы – сангвиник;
2. Сильный, уравновешенный, инертный тип – флегматик;
3. Сильный, неуравновешенный, подвижный тип – холерик;
4. Слабый, неуравновешенный, инертный – меланхолик.

Соответственно, медлительный ребенок – скорее всего меланхолик или флегматик. Необходимо отметить, что чистые виды темпераментов в природе встречаются довольно редко, чаще всего это сочетания, и можно говорить скорее о преобладании того или иного типа в человеке.

Несправедливо говорить о том, что какой-то из типов лучше другого. Каждый из них лучше всего подходит для определенной деятельности и совершенно не подходит для другой, поэтому хороших или плохих типов темперамента нет. Обладая такими знаниями, мы можем помочь своему медлительному ребенку быстрее адаптироваться в окружающем его мире.

Итак, как же помочь своему ребенку успевать? Прежде всего, не торопить его, не подгонять и не ругать за медлительность, забыть о работе «на время». Дайте ему выработать свой, определенный темп, в котором он будет уверенно работать.

Полезными будут упражнения с чередованием скоростей: хлопать в ладоши (сначала быстро, потом медленно, потом снова быстро), чередовать бега и ходьбы или других физических упражнений, с изменением скорости, стучать по столу пальцами и т.п. После того, как ребенок научится изменять свой темп, можно будет постепенно увеличивать скорость.

Чередуйте задания, которые даются ребенку с трудом, с теми, которые получаются хорошо. Это поможет не зациклиться на неудачах и сохранить уверенность в своих силах. Обязательно делайте перерыв каждые 30 минут, старайтесь, чтобы все домашние задания были выполнены в светлое время суток, приучите ребенка к физическим упражнениям и регулярно ходите на прогулки.

Понимание особенностей темперамента, выполнение рекомендаций, а также внимательность и чуткость к состоянию своего ребенка позволит ему облегчить адаптацию в обществе, и со временем он уже не так сильно будет отличаться от своих сверстников.

Безусловно, это долгая и кропотливая работа, но невыполнение ее может пагубно сказаться на здоровье малыша, и последствия будут еще более катастрофичными.

Автор - **Дарья Нойкина**

Источник