

Рассеянные дети

В большинстве своём дети хотят справиться со своими проблемами, потому что видят реакцию взрослых, недовольных их поведением. Но по-настоящему справиться с проблемой можно только выяснив её причины. Возможно, у ребёнка нарушен слух, и он плохо слышит ваше задание, или он плохо видит и не может на расстоянии различить то, о чём вы спрашиваете. В конце концов детям свойственно фантазировать и мечтать, он может задуматься о своём в момент, когда от него что-то требуют.

Как предотвратить проблему

- Проверьте у врача-специалиста здоровье ребенка.
- Попросите ребёнка рассказать или нарисовать то, о чем он так долго раздумывал (возможно, у него огромный внутренний мир, и это совершенно другая сторона дела)
- Постарайтесь, чтобы детская комната не выглядела слишком отвлекающе.
- Терпеливо повторяйте задание несколько раз, постепенно увеличивая объём информации, которой вы даёте.

Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Чаще занимайтесь с ребёнком один на один, так ему легче будет сосредоточиться.
- Давайте ребёнку знать, что его поведение улучшается
- Не перегружайте ребёнка заданиями, требующими максимального сосредоточения, чтобы не получить обратного эффекта – чувства сопротивления, отторжения.
- Обучайте необходимым навыкам в тот момент и на том содержании, когда ребёнок заинтересован.

Если ребенок дерётся

Гораздо более типичным такое поведение является для мальчиков. Это может быть связано с ожидаемыми обществом моделями поведения, более грубыми играми. Девочки чаще выражают свою агрессию словом, выражением презрения, «отлучением» от себя. Прежде чем что-либо предпринимать, убедитесь, что это именно проявление агрессивности, а не просто игра или неумение объяснить свои желания.

Дети видят модели такого поведения в окружающем мире, СМИ и переносят некоторые действия в свои игры. Многие ещё не в состоянии полностью контролировать сильные чувства и действуют импульсивно, не в состоянии понимать все возможные последствия своих действий. Необходимо научить детей действовать по-разному в разных ситуациях: там, где нужно, уметь защищать себя, где нужно – уйти от драки.

Как предотвратить проблему

- Ограничьте время просмотра телепередач и мультфильмов с элементами агрессивного поведения героев, если не можете исключить полностью.
- Дайте возможность ребёнку естественного конструктивного выплеска энергии – не запрещайте бегать, кататься на велосипеде и т.д.
- Если есть потребность, сделайте дома подобие боксерской груши.

Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Если дети начинают драться или бороться в неподходящее время, скажите им, например: «Сейчас у нас время спокойно играть/собираться на прогулку, после вы можете побороться, только на матрасе»
- Договоритесь с ребенком о некоторых правилах борьбы – не ставить подножку, не бить ногами.
- Если ребенок отбирает игрушки и вещи у других, действуйте методом логических последствий: «Если ты отберёшь игрушку у Пети, что может быть дальше?»
- Помогите ребенку осознать своё поведение. Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его поведение улучшается: «Видишь, ты можешь без кулаков объяснить другим, что ты хочешь, и дети принимают твои идеи. Ты молодец!»

Гиперактивный ребенок

Причины гиперактивности

Существует много мнений о причинах возникновения гиперактивности. Многие исследователи отмечают, что количество таких детей растет с каждым годом. На сегодняшний день среди причин возникновения выделяют:

- генетические (наследственная предрасположенность)
- биологические (органические повреждения головного мозга во время беременности, травмы головы)
- социально-психологические (микроклимат в семье, алкоголизм родителей, условия проживания, неверные стратегии воспитания).

Как определить, является ли ваш ребенок гиперактивным

Гиперактивность (СДВГ) – медицинский диагноз, который вправе поставить только врач на основе социальной диагностики, заключений специалистов. Родители же могут заметить особенности поведения, определенные симптомы и обратиться к невропатологу, психологу за консультацией, затем вместе с ними помогать ребенку. Если диагноз «гиперактивность» поставлен достаточно рано и родители выполняют рекомендации специалистов, к поступлению в школу симптомы проходят.

Чтобы определить, есть ли у вашего ребенка особенности, характерные для детей с гиперактивностью, предлагается перечень критериев, по которым она определяется.

1. При невнимании:

- имеет незаконченные проекты;
- отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
- слышит, когда к нему обращаются, но не реагирует на обращение;
- с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
- имеет трудности в организации (игры, занятий);
- часто теряет вещи;
- избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
- часто бывает забывчив.

2. Сверхактивность

- ерзает, трудно усидеть на месте;
- проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя);
- мало спит, даже в младенчестве;
- находится в постоянном движении;
- очень говорлив.

3. Импульсивность

- отвечает до того, как его спросят;
- не способен дождаться своей очереди;
- часто вмешивается, прерывает;
- резкие смены настроения;
- не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
- не подчиняется правилам (поведения, игры);
- имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других-нет).

Как помочь гиперактивному ребенку

-установите причину гиперактивности, проконсультируйтесь со специалистами. Часто в анамнезетакого ребенка есть родовая травма, ММД (минимальная мозговая дисфункция);

-если врач-невропатолог назначает курс лекарств, массаж, особый режим, необходимо строго соблюдать его рекомендации;

-сообщите педагогам, воспитателям, о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку;

-всегда убирайте опасные предметы из поля зрения малыша;

-вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка. Любое разногласие в семье усиливает отрицательные проявления;

-важна единая линия поведения родителей согласованность их воспитательных действий;

-с таким ребенком необходимо общаться мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными;

-не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам;

-не допускайте перевозбуждения. Важно строго соблюдать режим до мелочей. Обязателен дневной отдых, ранний отход ко сну на ночь, подвижные игры и прогулки должны сменяться спокойными играми, прием пищи в одно и то же время;

-старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките ребенка. Количество запретов должно быть разумным, адекватным возрасту;

-чаще хвалите за то, что получается, но делайте это не слишком эмоционально, чтобы избежать перевозбуждения;

-когда просите что-то сделать, старайтесь, чтобы речь не была длинной, не содержала сразу нескольких указаний;

-не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Если вы читаете сказку, дайте ему в руки мягкую игрушку, малыш может встать, походить, задать вопрос. Следите, если вопросов стало слишком много и не по теме, значит ребенок уже устал;

-приобщайте ребенка к подвижным спортивным играм, в которых можно разрядиться от выходящей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру;

-освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия;

-прежде чем отреагировать на неприятный поступок ребенка, сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов, постарайтесь успокоиться. Помните, что агрессия и бурные эмоции порождают те же чувства и у малыша;

-гасите конфликт, в котором замешан ваш ребенок уже в самом начале, не ждите бурной развязки;

-гиперактивный ребенок – особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Иногда ему кажется, что родители его совсем не любят, поэтому такой малыш очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!