

« КАК ПРЕОДОЛЕТЬ РАССЕЯННОСТЬ У РЕБЁНКА? ».

Рассеянность – это психическое состояние, для которого характерно отсутствие сосредоточенности, внимания.

Рассеянный ребёнок не умеет выделять главное при наблюдении в деятельности, следовать чёткому порядку, быть организованным и исполнительным.

Обычно рассеянность - результат неправильного воспитания. Если ребёнок приучен к порядку, усвоил навыки дисциплины и организованности, привык заканчивать начатое дело, он не может быть рассеянным. И наоборот, если родители позволяют нарушить режим, а беспорядок в уголке ребёнка расцениваются как мелочи, то незаметно в поведении ребёнка появляются неорганизованность и рассеянность.

Эти качества особенно отрицательно скажутся в школьном возрасте. Рассеянному школьнику трудно учиться, он отвлекается, не слушает объяснение учителя, может не выполнить задания. Рассеянный ученик часто попадает в смешные и досадные положения.

Что можно сделать, чтобы воспитать внимание, сосредоточенность у ребенка, преодолеть его рассеянность?

1. Не упрекайте ребенка, не наказывайте его за не собранность, забывчивость, не аккуратность.
2. Строго соблюдайте четкий режим дня.
3. Добивайтесь доводить начатое дело до конца.
4. На первых порах контролируйте его действия.
5. Для воспитания сосредоточенности, внимание важно создать некоторые внешние условия и устранить то, что может отвлечь ребенка (телевизор, звуки магнитофона, разговор взрослых).
6. Проявить сосредоточенность, внимание ребенок может только в том, что его захватило, увлекло. Он любит мастерить, ухаживать за комнатными растениями, животными..... Поощряя такие занятия, взрослые воспитывают в ребенке чувство ответственности. Постепенно ребенок усваивает. Что не все дела только приятны и увлекательны, что необходимо делать и то, что не очень интересно, но полезно семье и ему самому. Что для достижения цели нужно приложить усилие.

Но нельзя перегружать детей длительными монотонными занятиями.

Внимательность, сосредоточенность ребенка лучше всего тренировать в игре.

Например –

1. возьмите много мелких предметов, рассыпьте их по столу, пусть ребенок постарается запомнит, какие вещи лежат на столе. Закройте предметы бумагой и предложите ребенку, назвать все, что лежит под ней. Каждые правильно названный предмет вынимайте. Игра будет интереснее, если в ней примут участие все члены семьи.
2. Поставьте рядом пять, шесть игрушек. Ребенок закрывает глаза, а в это время с игрушками происходят какие-то изменения: исчезает одна из игрушек, меняется их расположение, добавляется новая игрушка. Открыв глаза, ребенок должен сказать, что изменилось. Постепенно количество игрушек увеличивается до

десяти. Можно заметить, какие изменения произошли с куклой: появился бант, исчезла туфелька, изменилась прическа и т.д.

Рассеянность вызывается также подавленностью, плохим настроением ребенка. Здесь уже все зависит от обстановки в семье, от взаимоотношений между родителями.

Если состояние рассеянности систематически повторяется, то оно становится привычным, превращается в черту характера, проявляется вместе с другими недостатками характера.

Например, рассеянность в учении часто связано с ленью, рассеянность в общении с людьми - с не тактичностью, эгоизмом, рассеянность в быту - с неорганизованностью, неаккуратностью. Чтобы этого не произошло, следует внимательно относиться к психическим состоянием своих детей и правильно их оценивать. Если ребенок на долго сосредоточился на своих мыслях и чувствах, его от этого отвлекают. Воспитывая сосредоточенность, внимание. Родители следят, на что они направлены.

Воспитание у детей воли чувства ответственности и долга развивает сосредоточенность и предупреждает рассеянность

Составила: педагог-психог Сенякина О. А.