

НЕВНИМАТЕЛЬНЫЙ РЕБЕНОК: ПРИЧИНЫ И КАК СПРАВИТЬСЯ



Каждый родитель мечтает, чтобы его ребенок хорошо учился, посещал различные кружки, всегда был энергичным и успевал сделать все запланированные дела. Но, к сожалению, часто бывает, что дети становятся невнимательными.

Причины невнимательности ребенка:

Перед тем, как предпринимать первые шаги по улучшению внимательности своего ребенка, следует уяснить, какие причины привели к подобной проблеме:

1. Дефицит внимания от взрослых или гиперактивность – дети с гиперактивностью являются более активными, чем их сверстники.

Они не могут долгое время сидеть на одном месте и поэтому часто отвлекаются на различные внешние факторы. Чтобы решить эту проблему (а она, как правило, обнаруживается еще в детском саду), родители должны запастись терпением. В воспитании ребенка нужно будет опираться на советы психологов, педагогов и медиков.

2. Частые болезни, которые перерастают в хроническую форму – у детей с плохим здоровьем часто возникают трудности с успеваемостью в школе. Их внимание, чаще всего, является сниженным из-за слабого организма.

3. Особенная нервная система – дети с лабильной нервной системой являются более внимательными и устойчивыми. А вот при инертной или слабой системе ребенок будет вялым.

4. Сильная переутомляемость при высоких нагрузках – современные школьники имеют слишком много обязанностей, что приводит к перегруженности. Безусловно, это сильно влияет на его работоспособность и внимательность.

5. Плохая мотивация – даже маленький ребенок будет больше внимания уделять тому занятию, которое ему больше нравится. Когда дети выполняют неинтересные задачи, их внимание падает.

Факторы риска

Невнимательность и рассеянность возникает у многих детей, но некоторые из них подвержены этой проблеме сильнее. На эту особенность характера сильно влияет стресс, плохая экология, депрессия, неправильное питание, недостаточное внимание, неправильное расписание дня, усталость. Именно поэтому родителям необходимо постараться, чтобы создать для своих детей близкие к идеальным условия жизни.

Симптомы невнимательности ребенка

Как именно проявляется невнимательность у ребенка?

1. Всю работу, особенно школьные задания, он делает быстро и слишком поверхностно.
2. В работе допускает очень много ошибок.
3. Он не уделяет достаточно внимания.

4. Ребенок слишком быстро устает даже от небольшого количества работы.
5. Ребенок делает работу очень медленно.
6. Высокий уровень мечтательности.

Ребенок рассеянный и невнимательный

Рассеянный и невнимательный ребенок – это не диагноз. И об этом стоит в первую очередь помнить всем родителям. Произвольное внимание можно тренировать даже в раннем возрасте. На сегодняшний день в магазинах можно купить самые разнообразные динамические игрушки, которые предназначены для улучшения внимания у детей до одного года.

Если же расстройство внимания развилось у ребенка со временем, например, когда он пошел в детский сад или школу, можно попытаться устранить основные причины невнимательности. Педагоги рекомендуют отвести детям в доме отдельное место, где они всегда будут готовиться к урокам. Необходимо, чтобы оно было хорошо организовано.

Не забывайте, что детям нужно правильно питаться, ведь недостаток омега жирных кислот приводит к уменьшению внимания. Сегодня уже не нужно заставлять ребенка есть рыбий жир или рыбу. На современном фармацевтическом рынке представлено много различных добавок, которые богаты на эти жиры. Они поддерживают психическое и физическое здоровье малыша.

Ребенок невнимателен на уроках

Успех ребенка в школе сильно зависит от его внимательности. Как правило, дети становятся рассеянными, если родители не принимают участия в их воспитании. Именно поэтому нужно стараться развивать внимательность своего ребенка еще с первых классов школы. Прежде всего, психологи рекомендуют выяснить, что именно учителя и родители скрывают за понятием «невнимательность». Также нужно обратить внимание на то, как именно проявляется рассеянность у вашего ребенка.

Бывает такое, что дети невнимательны только на каком-то конкретном уроке, тогда, скорее всего, ему не нравится данный предмет или учитель не слишком понятно объясняет материал. Если же ребенок, рассеянный не только в школе, но и дома, это может означать, что его что-то беспокоит.

Что необходимо знать родителям, чтобы.....

Родители могут помочь своему ребенку улучшить внимательность с помощью простых психологических методов и специальных игр. Также не забывайте, что для внимательности очень важно соблюдать определенный режим дня. Помните, что ребенок будет менее рассеянным, если домашнее задание, игры и время на себя будут проходить по заранее написанному плану.

Если ребенок медлительный и невнимательный

Медлительные дети отличаются низкой лабильностью нервных процессов, которые определяют, насколько быстро ребенок сделает то или иное задание. Взрослые люди могут при необходимости изменить темп своей деятельности, но даже у них это происходит не сразу. Детям же делать это крайне сложно.

К сожалению, большинство психологов придерживаются мнения, что медлительность у ребенка с низкой подвижностью нервных процессов не пройдет никогда. Так как она является их индивидуальной особенностью. Конечно, со временем все действия ребенок сможет выполнять быстрее, чем раньше, но всегда будет отставать от своих сверстников.

Для того чтобы медлительные дети не теряли внимательности во время выполнения любых заданий, особенно школьных, их ни в коем случае нельзя заставлять работать быстрее. Необходимо создать идеальные условия, при которых ребенку будет комфортно. Психологи утверждают, если выбить такого человека из колеи, то ему будет очень сложно вернуть себе внимательность.

Ребенок заторможенный и невнимательный

Уже в младенчестве можно определить, является ли ваш ребенок заторможенным или нет. Такие дети вяло и неохотно сосут грудь матери, много спят и достаточно быстро засыпают. Но если в маленьком возрасте это не пугает родителей, то в начальных классах начинает достаточно сильно беспокоить. Это объясняется тем, что заторможенный ребенок часто невнимательный, что негативно сказывается на его работе.

Как только вы заметили, что ваш ребенок излишне инертный, необходимо сразу же начинать побуждать его быть более активным. Прежде всего, психологи рекомендуют не делать следующие вещи:

1. Не заставляйте делать домашнее задание сразу же после того, как школьник вернулся домой. Ему нужно сделать перерыв хотя бы на два часа.
2. Письменные задания не стоит заставлять часто переделывать, даже если он не сделал их аккуратно первый раз. Это может привести к тому, что у ребенка выработается негативное отношение к учебе.
3. Не оставляйте ребенка самого, когда он делает домашнее задание.
4. Не стоит заставлять малыша играть в командные подвижные игры. Он будет тормозить всю команду, а это приведет к негативным последствиям для обеих сторон.
5. Не наказывайте ребенка, если он делает все слишком медленно.

Ребенок неусидчивый и невнимательный

Неусидчивость и невнимательность, чаще всего, объясняются тем, что ребенок просто не готов еще к школе из-за особенностей своего физического и психического развития. Некоторым детям скучно в начальных классах, потому что они уже выучили этот материал дома. Другие, наоборот, не могут понять задание, поэтому их внимательность сильно страдает.

Чаще всего таким детям ставят особый диагноз: гиперактивность и дефицит внимания. Для лечения такого состояния психологи рекомендуют использовать специально разработанные методики, благодаря которым поведение ребенка корректируется. В эти методики входит и психотерапия. Ребенок быстрее адаптируется и сможет изменить свой образ мыслей.

Иногда используется и медикаментозное лечение, но стоит понимать, что любые лекарства в таком случае должен назначать специалист.

Прежде всего, невнимательность негативно сказывается на оценках в школе и общем развитии ребенка. Такие дети во многом отстают от своих сверстников. Несколько негативных оценок сразу же отбивают у ребенка желание их исправлять, особенно, если у него ничего не получается. В будущем это может вызывать стрессы и психические расстройства. Подростки часто впадают в депрессии и начинают вести себя неподходящим образом.

Диагностика невнимательности ребенка

Диагностику в таком случае должны проводить следующие врачи: детский психолог, детский психиатр, детский невропатолог. Невнимательность диагностируют в том случае, если у ребенка основные ее симптомы остаются в течение полугода. Для диагностики используются самые разнообразные методы: беседы, интервью, непосредственное наблюдение, информация от родителей и учителей, опросники, нейропсихологические тесты.

От невнимательности можно успешно избавиться, если правильно и вовремя использовать рекомендуемые методы. Чаще всего, после разговора с ребенком, создания для него подходящего места для решения домашних заданий, подбора правильных методик избавления от невнимательности и уроков с репетитором рассеянность у ребенка проходит.

Использованная литература

1. Неонатология - А.К. Ткаченко, А.А. Устинович, А.В. Сукало, А.В. Солнцева, Л.В. Грак, Е.К. Хрусталева. 2009
2. Клиническая неонатология - Хазанов А.И. 2009
3. Реанимация новорожденных - Каттвинкель Дж. 2007
4. Неонатология - Р. Рооз, О. Генцель-Боровичени, Г. Прокитте - Практические рекомендации. 2010

Материал подготовлен педагогом-психологом – Е.М.Бондарь