

Если у вас очень рассеянный ребенок: что делать

Случается, что дети не в состоянии долго концентрировать внимание. Они не могут доводить дела до конца, постоянно отвлекаются. Рассеянность вовсе не подразумевает низкие умственные способности, зачастую очень смысленным детям сложно удерживать в голове знания, надолго запоминать информацию.

Обнаружив, что ребенок «витаает в облаках» во время чтения или решения разного рода задач, любая мама начнет паниковать. И недаром, ведь такая невнимательность отражается на школьных успехах и в отношениях с друзьями. Однако слишком нервничать не стоит – проблема легко решается. Главное – не пытаться искоренить ее наказаниями и нравоучениями, а найти подлинную причину рассеянности и помочь малышу исправить ситуацию.

Почему ребенок может быть рассеянным

Основные причины невнимательности старших дошкольников – проблемы со сверстниками. Ребенок, испытывающий постоянное психическое напряжение, не способен достаточно сосредоточиться. Также рассеянность часто встречается на фоне определенных болезней. У некоторых данная проблема существует с рождения, и связана она с нарушениями нервной системы.

Среди гиперактивных малышей невнимательность широко распространена. Ее также называют «порхающим» вниманием. Проявляется она отсутствием концентрации, а также частой невольной переключаемостью на другое дело.

Диагноз СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности) ставится не только на основе рассеянности. Такие дети чрезмерно подвижны и слишком активны, неусидчивы и часто проказничают. Впрочем, определить, действительно ли у ребенка СДВГ или он просто очень подвижен, сможет **только врач!**

Проанализировать, обладает ли ваше чадо рассеянностью, можно по следующим признакам:

- ребенок чересчур суетлив и легко возбудим;
- не доводит до конца начатое (даже если занятие ему очень нравится);
- обладает «короткой» памятью, с трудом концентрирует внимание.

Также существуют некоторые косвенные признаки:

- ребёнок выполняет задания с опозданием, либо заметно позже всех остальных сверстников;
- часто мечтает. Его сложно завлечь реальным миром;
- находит разные предлоги, чтобы не выполнять порученное ему дело;
- нередко теряет вещи.

Конечно, часть признаков может иногда наблюдаться у любого обычного ребенка. Но, если они постоянны, нужно задуматься, найти причину.

Очень рассеянный ребенок: что делать родителям

Первое, что при первом подозрении на отклонение должен сделать каждый родитель – **обратиться к педиатру**. Врач осмотрит ребенка, при необходимости даст направление к узким специалистам. Если причина действительно кроется в заболевании, рассеянность пройдет после полного выздоровления.

В случае, когда малыш здоров, специалисты часто дают **совет не ругать** его за невнимательность. И уж тем более, не стоит смеяться над ним ни в кругу семьи, ни при друзьях. Из-за насмешек страдает самооценка малыша, он замыкается в себе, начинает злиться на окружающих. Нельзя переставать доверять рассеянному ребенку домашние дела. Следует всячески поощрять его старания, желание помочь, даже если он выполнил работу не слишком качественно.

Рассеянный ребенок 4 года-5 лет: что делать

В этом возрасте можно «натренировать» внимание. Существуют различные игрушки, помогающие вырабатывать усидчивость и терпение. Например, мозаика и конструктор очень увлекают большинство малышей. Однако не все родители знают, что цель данных игр – не просто собрать модель до конца. В самом процессе развивается мелкая моторика, а вместе с ней память, логическое мышление, внимание и речь.

Дошкольникам следует прививать понятие порядка и аккуратности. Если малыш потерял игрушку и не может вспомнить где играл в нее последний раз, не стоит ругать его за это. Попытайтесь проникнуться его проблемой и помочь решить ее. Мамы детсадовцев должны показать им, как правильно готовить одежду с вечера. Выберите вместе понравившийся вам обоим наряд, повесьте его на вешалку.

Малыш захотел взять с собой игрушку? Приготовьте ее заранее, положив на видное место рядом с одеждой. Перед сном дети 4-5 лет уже могут аккуратно складывать снятую одежду и класть ее в шкаф, а по утрам заправлять кровать. Не стоит брать эти мелкие обязанности на себя, дошкольнику они пойдут только на пользу.

Важно! Детям просто необходим четкий режим дня. Чтобы ребенок был собран, сосредоточен и внимателен, он интуитивно должен понимать, в какое время будет прием пищи, игры, спортивные упражнения и сон. Это вовсе не значит, что он лишится свободного времени. Оставьте на игры полтора-два часа в день, пусть малыш использует их на свое усмотрение.