Медлительный ребенок — что делать, чтобы помочь и не навредить

Медлительность, так же как и гиперактивность, отражает темп, в котором ребенку комфортно жить, и при этом становится отличительной особенностью. Подвижность и скорость реакций зависит от типа темперамента. Меланхолики и флегматики дольше обрабатывают информацию. Первые долго собираются с чувствами, а вторые продумывают каждый ход. Именно устройство нервной системы не дает им отдать предпочтение скорости.

Природу не обманешь, темперамент не изменишь, но кое-что сделать все же можно. Если тренировать внимание, мышление и развивать физические данные ребенка, то ему будет проще подстраиваться под общепринятый ритм в саду и школе.

Несколько советов родителям медлительных детей:

1. При планировании дня закладывайте чуть больше времени на сборы, обеды и переодевания, чтобы все успеть.

2. Попробуйте заинтересовать ребенка спортом. Доказано, что физические упражнения стимулируют построение новых нейронных связей, улучшают координацию и обмен веществ в организме. Лидером по терапевтическому воздействию среди спортивных направлений является плавание и айкидо.

3. Играйте с детьми в игры, которые учитывают скорость реакции («Барабашка», «UNO», «Доббль»). Поначалу можно поддаваться ребенку, чтобы у него была возможность разобраться с правилами и пережить приятное чувство успеха, а потом — играть по-честному, на равных.

4. Найдите плюсы в медлительности ребенка. Возможно, ваш малыш может похвастаться усидчивостью, наблюдательностью и аккуратностью. Дайте почувствовать ребенку, что его особенность может быть преимуществом в каких-то ситуациях!

5. Поддерживайте доверительный контакт с педагогами и воспитателями, расскажите им об особенности вашего ребенка.

Нельзя:

1. Торопить. Подстегивания, крики и спешка только заставляют детей переживать стресс, в состоянии которого им еще сложнее сосредоточиться на задаче и вовремя ее завершить.

2. Сравнивать ребенка с другими детьми.

3. Делать за него то, что он может сделать сам, чтобы сэкономить время. В противном случае к медлительности присовокупится несамостоятельность, и ребенку станет еще сложнее адаптироваться к реальности с ее скоростями.

Подготовил педагог-психолог Е.В. Лаптева