

## **МЕДЛЕННЫЕ ДЕТИ**

Расстройство - недостаточно сильное слово, чтобы описать ваши чувства, когда дошкольник целых полчаса ищет свои ботинки, или вашему семилетнему сыну не удастся приступить к выполнению домашнего задания, потому что он никак не может отыскать свой карандаш и тетрадь.

И тем не менее приступы ярости, мольбы и напоминания не решают эту проблему - приходят к выводу специалисты. Обычно за медленными, похожими на черепахи, движениями вашего ребенка скрывается какой-то смысл. Догадайтесь, что он хочет сказать, - проблема наполовину решена.

### **Вот некоторые предложения, которыми можно воспользоваться:**

**Признайте, что такое поведение может быть нормальным.** Бесцельное времяпрепровождение является нормальным периодом в развитии ребенка. Так что иногда вам лучше всего успокоиться и принять это как должное. Поведение ребенка, наверное, изменится по мере того, как он повзрослеет. Но даже старшие дети нуждаются в напоминаниях или побудительном мотиве.

**Научите ребенка следить за часами.** Дошкольники не совсем считаются со временем, поэтому бессмысленно подгонять их, потому что вам нужно быть где-то вовремя. Как только дети узнают в первом или втором классе, как определять время, становится проще убедить их делать все вовремя. Нужно научить ребенка определять время по часам, затем проверить вместе правильность определения, и после этого он будет лучше понимать, к какому времени вам нужно, чтобы что-то было сделано.

**Прерывайте ребенка лишь в том случае, когда это необходимо.** Никто на нашей планете не любит, чтобы его прерывали, и тем не менее, целый день мы прерываем игры детей, чтобы заставить их сделать то, что мы считаем нужным. Когда ребенок сопротивляется тому, что его прерывают, мы ошибочно называем это копанием. Вместо того, чтобы внезапно прерывать занятие ребенка, заранее предупредите его так, чтобы он был готов к перемене деятельности. Например, вы можете сказать: "Через пять минут пора выключать телевизор и идти ужинать".

**Хвалите ребенка за быстроту и эффективность.** Говорите: "Вот хорошо!" - когда ребенок делает что-то быстро. Хвалите ребенка за все, что он делает эффективно и без копания. К тому времени, когда ребенку исполняется девять или десять лет, он понимает значение того, как быть организованным, и тогда вы можете начать хвалить его и за это.

**Применяйте систему звездочек.** Купите цветные звездочки и календарь с большими рамками. Затем используйте эти звездочки как награду за хорошее поведение. Если ваш ребенок регулярно копается со своей домашней работой, объясните ему, например, что отныне за каждый день, когда он делает свою домашнюю работу быстро, на календаре будет ставиться звездочка. Договоритесь, что после того, как наберется определенное количество звездочек, ребенок получит награду.

**Нарисуйте счастливые лица.** Для дошкольников, которые еще не умеют читать, нарисуйте или вырежьте картинки заданий, которые нужно выполнить. Затем приклейте "улыбающуюся рожицу" рядом с картинкой, соответствующей выполненной задаче. Позитивный подход действует лучше всего.

**Выражайте положительные эмоции.** Ребенок, который еле передвигает ноги, может действительно получать от родителей больше внимания за медлительность, чем за эффективное исполнение заданий. Внимание, уделяемое ребенку, может быть негативным или позитивным, считает он. Дети реагируют не на характер внимания, а скорее на его интенсивность. Иными словами, если вы скажете: "Смотри-ка, ты пришел домой вовремя", это всего троечка по шкале внимания (хотя и позитивного). Однако, если вы кричите на ребенка: "Мне надоело, что ты всегда опаздываешь!", - это уже восьмерка по шкале внимания (хотя на этот раз негативного). Вот почему так важно выражать много позитивного внимания.

**Может быть, ваш ребенок пытается что-то сказать вам.** Если ваш ребенок школьного возраста постоянно копается, может создаться впечатление, что он делает это намеренно, чтобы вызвать у вас раздражение. Не исключено, что именно таким и является намерение ребенка. Вам следует подумать о смысле такого поведения. Может быть, вашему ребенку не нравится какое-то занятие и он пытается как-то оттянуть его? И своим поведением объяснить вам это?

Мы принимаем массу решений за наших детей и в результате они часто чувствуют себя беспомощными. Если происходят частые стычки, где испытывается, чья воля одержит верх - ваша или ребенка - подумайте о том, может ли он принимать решения самостоятельно в других областях жизни. Если он решил, что какое-то конкретное дело ему не по душе, может быть, лучше всего позволить ему отказаться от него, чем принуждать продолжать его выполнение, когда он настойчиво копается.

**Пусть это будет ясно.** Выясните, может быть, вашему ребенку непонятно, что он должен делать. Сделайте ваши пожелания абсолютно ясными для него. С более взрослым ребенком вы можете сесть и прямо написать расписание на

неделю. Таким образом, как вы сами, так и ребенок, будете точно знать, когда нужно выполнить какое задание.

**Избегайте ярлыков.** Очень просто отнести ребенка к категории ленивых или с замедленной реакцией. Ярлык прилепляется и тогда, когда вы делаете такие заявления как: "Ты никогда не бываешь готов вовремя" или "Ты всегда опаздываешь". Такие штампы закрепляются. Вместо этого обращайтесь с ребенком, словно вы ожидаете от него, что он все сделает и будет вовремя там, где нужно.

**Давайте только одно указание за один раз.** Дошкольники могут реагировать только на одно указание, данное ему за один раз. Не превращайте свои просьбы в огромный монолог. Сделайте короткое и ясное заявление, такое как: "Пойди, возьми свои ботинки. Затем вернись ко мне, и я скажу, что делать дальше".

**Устанавливайте визуальный контакт.** У некоторых детей развивается "иммунитет" на указания, которые издали выкрикивают родители. Необходимо чтобы сначала вы позвали ребенка или сами подошли к нему, вместо того, чтобы кричать на весь дом. Затем посмотрите ему прямо в глаза, обращаясь с какой-нибудь просьбой.

**Угмонитесь сами.** Родителям следует посмотреть на то, какой ритм жизни они выбрали для себя. Вы работаете слишком много? Вы все время спешите? Если дело обстоит именно так, считайте копание своего ребенка знаком того, что вам следует замедлить ритм собственной жизни.

**Обсуждайте намечающиеся события.** Спросите своего ребенка школьного возраста: "Какие у тебя планы? Сегодня по телевидению показывают передачу, которую ты любишь, и тебе нужно выполнить домашнее задание. Как ты собираешься справиться со всем этим?". Это помогает ребенку более ответственно относиться к делам, и он будет более заинтересован в том, чтобы побыстрее справиться с заданием, и затем заняться делами, которые ему нравятся.

**Приготовиться... на старт... достаньте секундомер.** Маленькие дети получают большое удовольствие, когда их действия фиксируют во времени или когда они соревнуются с вами. Когда вам нужно, чтобы ребенок делал что-то быстро, скажите ему: "Я засеку время", или "Давай посмотрим, как быстро ты справишься". Пользуйтесь при этом секундомером или секундной стрелкой часов. Обязательно похвалите его в случае успеха: "Ого, десять

секунд - как быстро!" В крайнем случае, используйте время таким образом:  
"Сейчас я сосчитаю до трех, и ты должен побежать и принести свои ботинки".

*ЖЕЛАЕМ ВАМ УСПЕХОВ!*