

Родителям медлительных детей.

- 1 Не рассматривайте таких детей как личную трагедию, старайтесь не показывать своего огорчения, не отчаивайтесь.
- 2 Ваша главная задача — помочь ребенку, вы должны принимать и любить его таким, какой он есть, тогда ему будет легче и в школе. Вам предстоит длительная совместная работа (одному ребенку не справиться).
- 3 Ваша главная помощь — сохранять душевное равновесие, воспитывать уверенность ребенка в своих силах, постараться снять чувство напряжения и вины за свои неудачи, снять стресс, как в школе, так и при приготовлении уроков дома. И помните, что ребенок нуждается в вашей постоянной помощи. Наберитесь терпения.
- 4 Работа с медлительными детьми очень утомительна и требует умения сдерживаться, не повышать голос. Необходимо спокойно повторять и объяснять одно и то же несколько раз без упреков и раздражения. Типичны родительские жалобы: «Нет никаких сил», «Все нервы вымотал», «Обычно эти занятия кончаются слезами», «Не могу сдерживаться, кричу, а то, бывает, и тресну». При этом все родители жалеют себя и никто — ребенка. Что же делать, если ваша тактика исправления школьных трудностей была неверной и в школе не очень учитывали особенности ребенка? Что делать, если все это привело к тем или иным невротическим расстройствам? Попробуйте изменить
- 5 Главное — не торопить, не подгонять ребенка, не напоминать ему о его медлительности, неловкости. По возможности разгрузите ребенка, снимите все дополнительные нагрузки. Организуйте работу над домашними заданиями так, чтобы они выполнялись не вечером, а в период с трех до пяти дня. Не забывайте о перерывах, физкультминутках.
- 6 Проконтролируйте все элементы режима дня: сон, отдых на воздухе, питание, двигательную активность. Помните, вашему ребенку нужно время на «раскачку». (Он с трудом просыпается, долго собирается в школу — разбудите его пораньше.) Не нервничайте, не ругайте его. Не конфликтуйте вечером, перед сном, не корите за долгие сборы ко сну.
- 7 При этом вы и сами должны быть достаточно организованы, иначе успеха не будет. Нужно облегчить ребенку выполнение всех повседневных дел, и помочь в этом может четко организованный режим дня. Если ребенок привыкнет (а это требует времени, поэтому наберитесь терпения) в одно и то же время вставать и ложиться спать, есть и делать уроки, если он будет знать, что уже выполнил, а что предстоит сделать, то справиться с самим собой ему будет гораздо легче.
- 8 Можно придумать какую-нибудь игру, которая поможет ребенку преодолеть свою медлительность, можно делать что-то вместе, соревнуясь (но при этом важно не переборщить и подстроиться под его темп). Важно, чтобы взрослые всегда были спокойны и доброжелательны.
- 9 Можно пошутить над «копушей», но по-доброму, без раздражения. Можно подчеркнуть это качество у себя, и пусть посмеется ребенок. Необходимо сделать все, чтобы, осознавая свою медлительность, ребенок в то же время не чувствовал свою ущербность, неспособность.