

# Неусидчивый ребенок



- Не может заниматься самостоятельно;
- Отличается неусидчивостью, не терпеливостью, болезненным переживанием неудач;
- Ваш ребенок не приучен к труду;
- Во время учебных занятий он предпочитает играть, а учебный процесс его не интересует;
- Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.

**ЗНАЧИТ ЭТИ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВАС!**

## Рекомендации

### 1. Используйте метод поощрения.

За правильное поведение или выполнение какой-либо задачи ребенок может получить вознаграждение в виде дополнительного времени просмотра телевизионной программы или порции пиццы.

### 2. Постарайтесь избежать скандалов.

Неусидчивые дети часто отличаются неуравновешенностью.

И когда у ребенка вспышки гнева, нужно сказать ему: «Ты тут пока успокойся, а позже поговорим», и уйти из комнаты до тех пор, пока он не успокоится.



### 3. Будьте осторожны в отношении критических замечаний.

Если даже ваш ребенок не слишком хорошо справляется с задачей или ведет себя неидеально, постарайтесь все-таки похвалить его. Чаще хвалите ребенка за его успехи, даже самые мелкие. Но и не перехваливайте - иначе он решит, что уже всего достиг и дальше трудиться нет смысла.

### 4. Соблюдайте правило: "разделяй и властвуй".

Дети с повышенной двигательной активностью способны концентрировать внимание лишь в течение очень короткого времени. Неусидчивым детям трудно запомнить задание, если оно содержит слишком много информации. Давайте ребенку инструкции короткие и простые. Трудные задачи разбивайте на несколько заданий и выполняйте их поэтапно.

### 5. Уберите лишние игрушки.

Если вокруг него слишком много доступных игр, они рассеивают его внимание. Особое внимание обратите на его рабочий стол. На нем не должно быть игрушек совсем, особенно во время выполнения домашних заданий.

### 6. Можно попробовать заняться упражнениями по релаксации.

Таким детям показаны упражнения по глубокому дыханию и занятия йогой.

### 7. Избегайте двух крайностей:

– с одной стороны, проявления чрезмерной жалости и вседозволенности;

– с другой – постановки завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жестокостью и санкциями (наказаниями).