

KONCENTRACJA UWAGI

Koncentracja uwagi to proces, w którym wszystkie myśli i spostrzeżenia skierowane są w jedną stronę. To prawdziwy wysiłek umysłowy.

Dziecko, które źle się koncentruje:

- nie potrafi się skupić na jednej czynności przez dłuższy czas;
- często jest mało aktywne, powolne, robi wrażenie jakby śniło na jawie;
- jest niezorganizowane i zapominalskie;
- jego zadania są niekompletne lub wykonuje inne niż te, które były wcześniej wyznaczone;
- w trakcie czytania korzysta z technik mieszanych, gubi się w tekście, zamienia wyrazy, sylaby, gubi niekiedy całe zdania, co wpływa negatywnie na rozumienie czytanego tekstu;
- ma duże kłopoty ze zrozumieniem tego, co się do niego mówi, szczególnie gdy dorosły mówi długo i nieprecyzyjnie, w jednym poleceniu zawiera dwie lub trzy czynności, które dziecko powinno wykonać;
- nie pamięta co było zadane w szkole, nie pamięta o zabraniu niezbędnych do wykonania różnych czynności przyborów, także tych osobistych.

Kiedy Twoje dziecko źle się koncentruje:

- szukaj pomocy u specjalistów: (psycholog, pedagog, terapeuta);
- wprowadzaj w życie i konsekwentnie stosuj wszystkie zalecenia specjalistów;
- dziecko z zaburzeniami koncentracji uwagi potrzebuje więcej zrozumienia, tolerancji i cierpliwości ze strony dorosłych;
- wprowadzaj porządek i rutynę – większość dzieci lubi kiedy rytm dnia jest stały. Układ nerwowy dziecka będzie miał czas, aby się zregenerować.
- ograniczaj bodźce (nie włączaj głośnej muzyki, ograniczaj czas, który dziecko spędza przed telewizorem i komputerem);
- mów jasno i wyraźnie, staraj się, by to co mówisz, było jak najbardziej konkretne, precyzyjne. Zamiast ogólnego: „posprzątaj pokój”, powiedz raczej: „połóż książki na półkę”, „włóż ołówek do piórnika”;
- zadbaj o miejsce pracy dziecka; powinno być wygodne, z małą liczbą przedmiotów dookoła;
- zapewnij dziecku specjalistyczną pomoc w momencie, gdy zaczyna mieć problemy w nauce,
- słuchaj uważnie swojego dziecka, jednocześnie porządkuj jego wypowiedzi spokojnie i z uśmiechem;
- rozbudzaj zainteresowania dziecka;
- **często chwal swoje dziecko, ono bardzo tego potrzebuje.**