**Консультация для консультационного центра**

**«Забывчивость, рассеянность»**

Воспитатель: Брусенская Н.Н.

 *«Моя дочь все время что-нибудь забывает или теряет. Она много раз забывала сотовый телефон в общественном транспорте, оставляла одежду в гостях у друзей, теряла в школе свою сменную обувь, а однажды вообще вышла из дома зимой в тапочках. Это становится просто опасным. Как бороться с забывчивостью и рассеянностью?»*

 Каждый человек время от времени теряет вещи и может выйти на улицу в тапочках. Забывчивость и рассеянность в той или иной степени свойственна любому, вопрос в том, насколько это мешает человеку в жизни. Иногда дети используют эту особенность в собственных целях, если не хотят выполнять какое-либо задание, но боятся бросить открытый вызов родителям. Вместо: «Я не хочу» они говорят: «Я собирался сделать, но забыл». Определите, ребенок действительно забывчив или ему просто захотелось получить новый сотовый телефон, новые туфли и снова побывать в гостях у друзей. Получает ли ребенок все, что он хочет, сославшись на забывчивость и рассеянность? Так легко бывает сказать: «Ой, я снова забыла, может, выручишь?», «Я такая рассеянная, сделаешь за меня?», «Ну, ты знаешь, какая я рассеянная, не надо было мне этого поручать», «Ты ведь меня знаешь, надо было еще раз напомнить» и т. д. Возможно, вы не раз слышали подобные фразы из уст коллег и каждый раз приходили на помощь. Остановитесь! Забывчивость и рассеянность и в детском возрасте, конечно, может иметь физиологическую основу, но это не та болезнь, с которой нельзя справиться.

 Не внушайте ребенку мысль, что он рассеян или забывчив. Не говорите другим людям об этом. Не ругайте ребенка.

Не принимайте отговорок: «Я забыл...», спросите: «Ты действительно хотел это сделать? Что ты предпринял, чтобы запомнить то, о чем я тебя просила?»

Прекратите чрезмерно опекать ребенка. Если он где-нибудь забыл вещи, дайте ему возможность обойтись без них. В другой раз будет внимательнее. Потерял мобильный телефон — не покупайте в течение нескольких месяцев новый; вышел на лестничную площадку в тапочках — не напоминайте об этом, пусть, выйдя из подъезда, вернется и переоденет и т. д. Ребенок потерял деньги по дороге в магазин — пусть вернет их из собственных карманных денег. Забыл новый свитер у друзей — пусть носит старый.

***Научите ребенка планировать свою деятельность.*** При выполнении заданий объясните ему, не используйте похвалу слишком часто. От этого теряется ее ценность. Если вы хотите одобрить ребенка, скажите, какое именно действие вас обрадовало, вместо обычного: «Молодец!»

***Говорите ребенку, что любите именно его, а не те достижения, которых он добивается*.** Да, вы гордитесь его победами, но не станете любить его меньше в случае неудачи. Не говорите девочке «Ты себя недооцениваешь, ты ведь красавица». Любое зеркало опровергнет ваши слова. Лучше предложите: «Что именно ты хотела бы изменить в себе в первую очередь? Давай попробуем сделать это вместе?»

***Чаще называйте ребенка по имени в присутствии своих друзей.*** Не выставляйте напоказ его успехи: «А знаете, в средней группе она заняла первое место в конкурсе шляпок!», «Она самая умная и красивая девочка среди подруг » и т. д. Вы должны показать, что цените прежде всего ребенка, а не то, чего он достиг. Скажите просто: «Это моя дочь — Анна. Я очень ее люблю», «Это моя сестренка — Лена. Лучшая сестра в мире» и т. д. Девочки очень часто страдают от дефицита внимания со стороны отца. Договоритесь с супругом, что он будет чаще делать комплименты внешности дочери, но не льстить ей. ***Родители должны, прежде всего, работать над собственной самооценкой, чтобы дети могли брать с них пример.*** Превратите процесс борьбы с заниженной или завышенной самооценкой в игру. Будет здорово, если ребенок услышит утром: «Какая же ты красивая и кому такая красота достанется?» или в перчатке: «Целую тебя в ладошки», а можно и так: « Ты такой умный, Нобелевская премия точно будет твоей!» и многое, многое другое…