

## Консультация для родителей

# «Если ребенок гиперактивный, замкнутый»

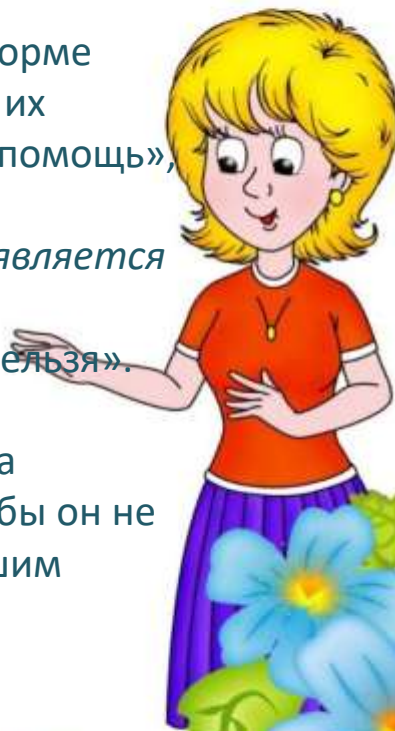
Известно, что гиперактивные дети отличаются особой психикой: они легковозбудимы, очень подвижны, конфликтны, у них снижено активное внимание.

В отношениях с гиперактивным ребенком родители должны придерживаться «позитивной модели».

- Хвалите вашего ребенка, отличающегося гиперактивностью, в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте его успех. Это поможет укрепить уверенность малыша в собственных силах.
- Не отдавайте малышу распоряжения в форме приказаний. Вы можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь», «Пожалуйста, убери обувь от двери».

*Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.*

- Избегайте употребления слов «нет» и «нельзя».
- Говорите сдержанно, мягко и спокойно.
- Дайте ребенку только одно задание — на определенный отрезок времени, чтобы он не был перегружен слишком большим количеством распоряжений.



- Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
- Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).
- Поддерживайте дома четкий распорядок дня.

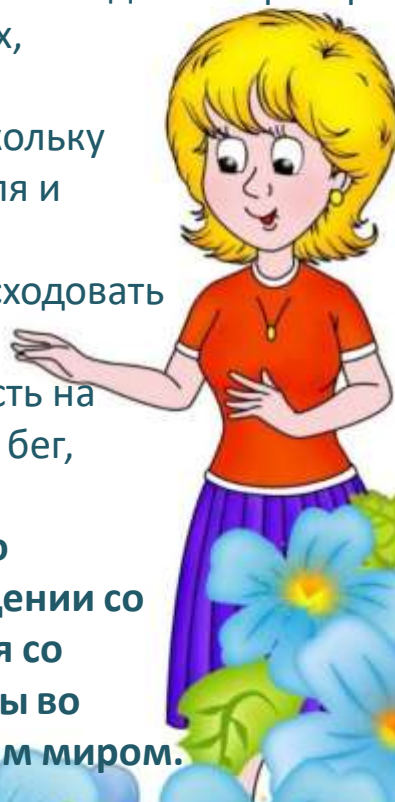
**Дети чувствуют себя в большей безопасности, если имеют дело с многократно повторяющимися действиями, они более восприимчивы и лучше реагируют, когда регулярно едят, спят и играют.**

- Избегайте по возможности пребывания с ребенком в местах скопления людей.

**Посещение крупных магазинов, рынков, ресторанов и т.п. возбуждающе действует на ребенка, психика которого и так напряжена.**

- Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером, старайтесь оградить его от беспокойных, шумных приятелей.
- Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
- Предоставьте ребенку возможность расходовать избыточную энергию, организуйте для него ежедневную физическую активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.

**Родители должны помнить, что замкнутые дети скованы в общении со взрослыми, трудно сближаются со сверстниками, имеют проблемы во взаимодействии с окружающим миром.**





- Не принуждайте замкнутого ребенка к общению, но старайтесь привлечь его хотя бы к «вынужденному» общению: попросите его сделать какую-либо покупку, узнать, который час и т.д.
- Старайтесь не делать за ребенка то, что он может делать сам, и не пытайтесь общаться «за ребенка».
- Будьте снисходительны к поведению ребенка.
- Не раздражайтесь на то, что ваш малыш отказывается от общения.
- Не сравнивайте замкнутого ребенка с другими детьми, лучше сравните его с ним самим (например: «Сегодня у тебя получилось это гораздо лучше, чем вчера»).
- Показывайте ребенку пример интересного общения с другими людьми.
- Поддерживайте любое желание ребенка пообщаться с вами, постарайтесь отложить все свои дела и откликнуться на возникшее стремление ребенка к общению.

