



ИНФОРМАЦИОННАЯ ПАМЯТКА

ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК. ЧТО ДЕЛАТЬ?

ЭТОТ «ВЕЧНЫЙ ДВИГАТЕЛЬ, ВЕЧНЫЙ ПРЫГАТЕЛЬ!»

Есть дети активные, а есть очень активные! Их невозможно не заметить. Где они – там движение и хаос. Кажется, что они двигаются даже во сне. Наверное, вы не раз слышали, как про таких детей говорят: «гиперактивные дети».



ГИПЕРАКТИВНЫЙ ИЛИ ПРОСТО ПОДВИЖНЫЙ, КАК ПОНЯТЬ?

С таким вопросом лучше обратиться к специалистам: невропатологу, психотерапевту. Но некоторые признаки, вы можете определить и сами.

Мало спит, даже в младенчестве; находится в постоянном движении (ребенок с «мотором») постоянно двигается, даже сидя; не может долго сосредотачиваться даже на интересном занятии; с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его; испытывает трудности в организации (игры, учебы, занятий); имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет); очень говорлив; отвечает до того, как его спросят, задает много вопросов, но не дожидается ответов; импульсивен, не раздумывая совершает поступки; дает обещания больше так не делать, но не держит слово; нетерпелив; часто конфликтует со сверстниками.

Нужно понимать, что такие дети нарушают нормы и правила в силу неспособности управлять собой, своим поведением. Им нужно помочь.

«ГДЕ У НЕГО КНОПКА?»

Воспитывать гиперактивного ребенка непросто и требует от родителей особого внимания и терпения. **Эти советы специалистов помогут вам:**

1 Соблюдайте постоянство требований и правил поведения, которые предъявляете своему ребенку: то что нельзя – нельзя всегда. То что можно – можно при определенных условиях (обсудите их с ребенком). Старайтесь избегать прямых запретов. «Играй с мячом, но не пинай и не кидай его – ведь это не футбольное поле. Можно чеканить и катать».

2 Давайте простые конкретные задания: Вместо: «убери в своей комнате» – ряд коротких инструкций: «повесь одежду в шкаф, а теперь давай уберем обувь на полку. Вот зонт, его место вот здесь, отправляем его туда!»

3 : Если хотите что-то сказать, прежде установите контакт «глаза в глаза».

4 : Соблюдайте режим дня. Чем постоянной он будет – тем лучше для вас и вашего ребенка.

5 : Старайтесь избегать переутомления! Мнение, что таких детей надо загрузить до предела, чтобы использовать их энергию – миф. У них ее, наоборот, немного и она очень быстро расходуется.

6 : Обязательно хвалите! И не за результат, а за участие и старание.

7 : Ищите сильные стороны ребенка. Искренне гордитесь ими и развивайте!

8 : Учите планировать и определять конкретные цели своих поступков.

9 Периодически устраивайте себе передышку от суперактивного малыша. Мама и папа должны быть отдохнувшими и спокойными! Подумайте, кто мог бы помочь вам в этом? Бабушка, дедушка, дядя, тетя? Общение ребенка с родственниками принесет ребенку разнообразие, а вам – отдых.

10 Выработайте единую линию воспитания! Если это сделать самостоятельно не удастся – обратитесь к психологу, чтобы обсудить трудности и найти общее решение.

Помните, что ничего не проходит даром! Вам помогут терпение, внимание и любовь!





«Проект «Межрегиональная социальная служба по профилактике социального сиротства в семьях, где родители затронуты проблемами алкогольной зависимости «Здоровая семья для ребенка» реализуется Благотворительным фондом «Дорога к дому» компании «Северсталь» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов, с 01 декабря 2017 года по 30 ноября 2018 года»