

## КАК НАДО вести себя родителям с гиперактивным ребенком

- Узнать причину гипердинамичности ребенка. Проконсультироваться с нужным специалистом: болезнь это или нет. Нередко у гиперактивного ребенка в анамнезе есть родовая травма. Нередко гипердинамичность — это следствие ММД (минимальной мозговой дисфункции).
- Если гиперактивность обусловлена болезнью, необходимо строго выполнять все предписания врача и правильно дозировать лекарственные средства
- Все то, что может вызвать в доме «любознательность» ребенка, последствием которой будет детский травматизм, родители должны убрать хотя бы из поля зрения проказника, лишив его возможности соблазна.
- Лекарственные средства, даже выписанные специально для ребенка, не говоря уже о всех других, хранящихся в квартире, должны быть спрятаны в надежном месте и, если можно, заперты на ключ.
- Нужны лекарства Вашему ребенку или нет — главное в общении с ним, в адаптации к дальнейшей жизни. Важнее всего — это мера воспитательных воздействий, система и методика осуществления их Вами.
- Любое разногласие в семье в вопросах воспитания ребенка усиливает отрицательные качества малыша
- Прежде всего по возможности уменьшить расторможенность и отвлекаемость ребенка
- Продумать режим дня малыша до мелочей. Стараться следовать режиму. Пусть Ваш ребенок четко знает, когда он должен встать, поесть, пойти гулять, играть с друзьями.
- Друзей у Вашего ребенка должно быть мало: чем больше будет у него товарищей по играм, тем больше он будет возбуждаться с ними. Желательно, чтобы друзьями не были гиперактивные ребята
- Игра для Вашего ребенка — важнее разных медикаментов, вернее, главное лекарственное средство.
- Стараться приобщать ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от бьющей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и научиться подчиняться этой цели. Ребенок должен научиться планировать свою игру, чтобы планирование важнейших дел потом смогло войти в привычку.
- Вам необходимо постараться неусидчивость ребенка перевести в целенаправленную игровую деятельность малыша со сверстниками и ровесниками дома, во дворе.
- Гиперактивного ребенка с ранних лет желательно занять каким-то видом спорта, доступным его возрасту и темпераменту.
- Не путать гиперактивность с темпераментом ребенка, особенно тогда, когда в семье малыш холерик.
- Чтобы выработать у гиперактивного ребенка хоть какую-то усидчивость, необходимо приучать его играть помимо шумных игр в тихие, используя мозаику, лото и домино.

- Обычно эти игры учат также концентрировать внимание, что очень важно малышу, особенно тогда, когда он поступает в школу.
- Гиперактивного ребенка можно отвлечь от «двигательной бурн» рисованием и чтением любимых сказок.
- Желательно, чтобы малыш играл только с одной игрушкой. Не надо распылять его внимание на остальные.
- Малыш способен сделать только одно дело, посильное ему.
- Не раздражаться, если Ваш ребенок все делает наоборот, Спокойно повторить ему ем.
- Запомните, что все старания гиперактивного ребенка и даже слабые попытки что-то сделать, о чем Вы просили, необходимо сразу поощрить.
- Чтобы создать условия для концентрации внимания гиперактивного ребенка во время его деятельности, необходимо убрать лишнее, что может попасть ему на глаза
- С таких позиций надо обставлять и комнату ребенка, продумав все до мелочей. Вплоть до окраски потолка и стен.
- Просмотр телевизора необходимо минимально ограничить. Ни в коем случае малыш не должен видеть фильмы ужасов и криминальные истории с насилием.
- Не надо приглашать к себе большое количество гостей.
- Не надо брать с собой ребенка в шумные компании.
- Учить его сдерживать «бурные эмоции» и постараться не выплескивать свои. Запомните, что ребенок подражает Вам.
- Поглубже прятать свое раздражение и ярость.
- О том, что Вы жалеете его, малыш не должен даже догадываться.
- Пытаться погасить конфликты, в которые замешан Ваш ребенок, уже с момента первой искры.
- Жонглировать довольно осторожно своими «можно» и «нельзя».
- Будьте последовательны и в наказаниях, и в поощрениях ребенка.
- Не забывать то, что наказание словесной, телесной агрессией обычно вызывает идентичную ответную реакцию у малыша Гораздо эффективнее наказывать ребенка лишением свободы действий и неподвижностью на многие часы.
- Если у Вас имеется хотя бы малейшая возможность, повремените с оформлением ребенка в детский сад.
- Рассматривать гиперактивность своего ребенка как шалость или баловство.

#### КАК НЕ НАДО вести себя родителям с гиперактивным ребенком

- Пренебрегать советами врача
- Неправильно дозировать лекарства Давать их малышу, когда не назначают, и не давать, когда они необходимы.

- Все разрешать ребенку, что бы ни хотел он сделать, или совсем не разрешать ничего.
- Не убирать из поля зрения ребенка вещи и предметы, таящие опасность травматизма и оставлять в доступном месте, на виду у всех, лекарства или вещества, которыми ребенок может отравиться.
- Воспитывать ребенка как придется, как вздумается каждому в семье.
- Не корректировать расстройства концентрации внимания, не реагировать на расторможенность и отвлекаемость ребенка своими методами воспитания усиливать все эти нежелательные качества
- Не приучать ребенка к распорядку дня, к планированию и постановке цели его деятельности, не вмешиваться в эту деятельность.
- Не обращать внимания на игры малыша и поощрять его проказы.