

- ❖ Требования всех взрослых, принимающих участие в воспитании ребенка должны быть едины.
- ❖ Избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку.
- ❖ Необходимо помнить, что у проблемных детей не развит самоконтроль, поэтому невозможно и абсолютное соблюдение дисциплины.
- ❖ Гиперактивный ребенок физически не может длительное время внимательно слушать взрослого, спокойно сидеть, сдерживать свои импульсы.
- ❖ Помните, что поступки ребенка не всегда являются умышленными!
- ❖ Помните, что гиперактивному ребенку легче работать в начале дня, чем вечером, а также в начале занятия, а не в конце.
- ❖ Чем более драматичен, экспрессивен, театрален взрослый, тем легче он справляется с проблемами гиперактивного ребенка, необычность поведения взрослого меняет психологический настрой ребенка, помогает переключить его внимание на нужный предмет.
- ❖ Реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте «одного» и т.д.).
- ❖ Гиперактивные дети более продуктивно работают, когда деятельность проводится в игровой форме.
- ❖ Слишком большое количество запретов приводит к тому, что они вообще теряют свою эффективность. Ребенок просто перестанет их слышать.
- ❖ Необходимо повторять свою просьбу спокойно, одними и теми же словами много раз (например, «Закрой, пожалуйста, дверь» или «Ложись спать»). Это необходимо для того, чтобы закрепился условный рефлекс.
- ❖ В одной и той же ситуации слова должны быть одинаковыми и звучать с одной и той же интонацией
- ❖ Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию (контакт глазами, показ рукой, показ действия, наглядный материал).
- ❖ Не давайте ребенку быстрых указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя», т.к. моментально запускается отрицательная реакция – НЕГАТИВИЗМ.
- ❖ Предлагайте ребенку альтернативную форму поведения: «Нельзя разрисовывать обои, но если ты хочешь рисовать на стене, давай прикрепим на нее лист бумаги»
- ❖ Разрешая ребенку мелкие дисциплинарные нарушения, можно добиться большей работоспособности
- ❖ Не допускайте переутомления, оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности!
- ❖ Нельзя допускать возникновения сильных отрицательных раздражителей (например, громкого голоса, шумных компаний, игр).
- ❖ Выслушивайте то, что хочет сказать ребенок.
- ❖ Не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес Вам извинения за проступок. Например, можно сказать так: «Я понимаю, что тебе трудно признать свою вину, но давай договоримся, что в следующий раз ты делать так не будешь».
- ❖ Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать бальную систему или знаковую систему, завести дневник самоконтроля.
- ❖ **Не прибегайте к физическому наказанию!** Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка.

- ❖ **Чаще хвалите ребенка!** Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям.
- ❖ Составьте список обязанностей ребенка и повесьте на стену, «подпишите соглашение» на определенные виды работ, которые соответствуют его возрасту, уровню развития и способностям
- ❖ Направляйте энергию ребенка в полезное русло
- ❖ Не давайте ребенку одновременно несколько указаний. Задание, которое дается ребенку с нарушенным вниманием, должно иметь простую конструкцию
- ❖ Большие задания разбивайте на последовательные части, контролируя выполнение каждого из них.
- ❖ Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, т.к. для него это самый трудный этап.

Нельзя добиться исчезновения гиперактивности, импульсивности и невнимательности за несколько месяцев и даже за несколько лет. Признаки гиперактивности исчезают по мере взросления, а импульсивность и дефицит внимания сохраняются и во взрослой жизни.

**Помните, что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения к ребенку**

*Материал подготовила педагог-психолог:  
Прошутинская Оксана Александровна*

*Дни консультации:  
Вторник, четверг: 17.00-18.00*

## **ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ В ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЯМ**



www.shutterstock.com · 4148338