

В семье гиперактивный ребенок. В настоящее время гиперактивность у детей явление далеко не редкое.

Дети с гиперактивностью вызывают беспокойство родителей прежде всего из-за проблем с поведением. Степень социальной дезадаптации этих детей очень высокая. Основные проявления синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) - невнимательность, гиперактивность и импульсивность.



1. НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ проявляется в невозможности сосредоточиться на деталях, выполнить задание без ошибок; неспособности вслушиваться в обращенную речь; забывчивости; неспособности доводить выполняемую работу до конца; неспособности организовать свою деятельность; рассеянности, отвлекаемости; избегании работы, требующей усидчивости; частой потере предметов, необходимых для выполнения заданий (карандаши, ручки и т.д.).

2.ГИПЕРАКТИВНОСТЬ. Ребенок суетлив, не может сидеть спокойно; не может играть в тихие игры; вскакивает с места без разрешения; бесцельно бегает, ёрзает, карабкается.



3.ИМПУЛЬСИВНОСТЬ. Ребенок выкрикивает ответ, не дослушав вопрос; часто перебивает говорящего; не может дождаться своей очереди; конфликтный, бурно выражает своё недовольство.



Данные особенности поведения появляются в возрасте от 3-х до 7 лет, обнаруживаются не меньше, чем в двух сферах деятельности (дома, в играх, в детском саду), продолжают более 6-и месяцев.

КОУ «Петропавловская школа-интернат»

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

" В СЕМЬЕ ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК"



Что нужно знать родителям о синдроме гиперактивности с дефицитом внимания и как построить общение с ребенком, чтобы помочь ему преодолеть указанные трудности и адаптироваться в социуме?

КАК ЖЕ РОДИТЕЛЯМ НАЙТИ ПОДХОД К ГИПЕРАКТИВНОМУ РЕБЕНКУ?

1. Чаще хвалите ребенка, подчеркивайте даже незначительные успехи. **ПОМНИТЕ**, что гиперактивные дети чувствительны к малейшей похвале.

2. Чаще говорите "да", реже - "нет" и "нельзя". Определите для ребенка четкие рамки поведения (границы): что можно и что нельзя и настойчиво придерживайтесь их.

3. Разговаривайте спокойно, мягко, сдержанно.



5. Старайтесь, чтобы ребенок выспался. Недостаток сна ведет к ещё большему ухудшению внимания и снижению самоконтроля.

6. Оберегайте ребенка от переутомления, так как оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию подвижности. Избегайте контактов с другими гиперактивными детьми, больших скоплений людей, шумных мероприятий. Не разрешайте ребенку долго смотреть

7. Поручите ребенку часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно и ни в коем случае не выполняйте их за него.

8. Избегайте завышенных или заниженных требований к ребенку. Ставьте перед ним задачи, соответствующие его возрасту и способностям.



9. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующей концентрации внимания

(складывание пазлов, срисовывание, списывание).

10. Заведите дневник самоконтроля и отмечайте в нём вместе с ребенком его успехи дома или в детском саду.

11. Введите систему вознаграждения: балльную или знаковую. Можно каждый хороший поступок отмечать звёздочкой, а определённое их количество вознаграждать игрушкой, сладостями, давно обещанной поездкой, походом в кино и т.д.

Развивайте у ребенка осознанное торможение, учите контролировать себя. Перед тем, как что-то сделать или сказать, пусть посчитает сделает 3-5 глубоких вдохов и выдохов.

12. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию.

Полезны ежедневные прогулки, физическая активность, спортивные занятия.

Дома создайте необходимые условия для работы. У ребёнка должен быть свой уголок. Во время занятий ничего не должно отвлекать его внимание.

Прививайте ребёнку интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Задача родителей - найти те занятия, которые удавались бы ребёнку и повышали его уверенность в себе.

Вместе играйте, гуляйте, учите, как правильно общаться с людьми, вести себя в общественных местах.

Следите за собой!

ПОМНИТЕ: ваше спокойствие - пример для ребёнка!

Педагог-психолог: Виноградова Т.П.