## ВОСПИТАНИЕ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА

Сегодня часто можно встретить выражение «гиперактивный ребёнок». Причинами этого состояния в основном являются минимальные нарушения мозговой деятельности. Они могут возникнуть при вынашивании и рождении ребёнка. Или если малыш перенес тяжёлые инфекционные заболевания в возрасте до 3 лет.



Гиперактивным можно считать ребёнка, если у него наблюдаются:

- Чрезмерная двигательная активность. Гиперактивный ребёнок постоянно в движении, очень много говорит или издаёт много звуков, плохо спит и др.);
- дефицит активного внимания (непоследовательное поведение, проблемы с организацией деятельности, рассеянность, забывчивость и т. п.);
- *Импульсивность в поступках, произвольность действий*. Ему трудно следовать правилам и сосредоточиться на чем-либо, вариативность поведения и др.).

В воспитании вашего ребёнка необходима совместная работа родителей и специалистов узкого профиля.

Прежде всего, родителям необходимо понять, что ребёнок ведёт себя подобным образом не потому, что он так хочет. Он просто не умеет иначе. Нужно принять его особенность и попытаться помочь облегчить его состояние.

## Важные правила в воспитании гиперактивного ребёнка

- 1. Детям с СДВГ очень важно придерживаться определённого распорядка дня. Небольшое отклонение от привычного ритма жизни может вызвать перевозбуждение и спровоцировать очередной приступ истерики. По этой же причине для гиперактивных детей нужно дозировать впечатления.
- 2. Наличие ритуалов и традиций (например, при пробуждении или засыпании) создадут благоприятную атмосферу для ребёнка.
- 3. Постановка конкретных и простых задач перед такими детьми одно из главных условий для успешного воспитания *гиперактивных детей*.
- 4. Всегда необходимо разговаривать спокойно. Окрики и раздражающий тон могут только навредить. Такие фразы как: «Нет», «Нельзя», «Перестань» могут только сделать хуже.
- 5. Необходимо направлять энергию ребёнка в полезную деятельность (занятие спортом, освоение игр, направленных на развитие саморегуляции, усидчивости, внимания).
- 6. Необходимо наличие выработанных вместе с ребёнком правил, которые нельзя нарушать. А также системы наказаний и поощрений, которые будут способствовать развитию самостоятельности вашего малыша.
- 7. Положительные эмоции необходимы для благоприятного прогноза в воспитании вашего малыша. Хвалите ребёнка при любой реальной возможности, акцентируйте внимание на его хороших качествах.
- 8. Очень важен физический контакт. Старайтесь при любой возможности обнять своё чадо или взять его за руку, поддержать и утешить при необходимости.
- 9. Наберитесь терпения. Найдите в себе и в ребёнке уникальные качества, которые послужат основой для взаимного уважения, доверия и любви.

Подготовила педагог-психолог Лаптева Е.В.