

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ПО КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА

Составитель: педагог-психолог

ГБДОУ №45 детский сад

Адмиралтейского района

Попова Л.Н.

- «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» является медицинским диагнозом, в связи с чем необходимо тщательное обследование у специалистов и, в ряде случаев, медикаментозная коррекция.
- в центре проблемных ситуаций находится ребенок, но его проблемы напрямую или опосредованно должны решать родители
- СДВГ характеризуется когнитивными и эмоциональными нарушениями, которые могут отражаться на учебной деятельности, на взаимоотношениях с другими детьми и взрослыми, что требует дополнительной помощи ребенку



Поддерживайте дома четкий распорядок дня.

Дома следует создать для ребенка спокойную обстановку. В комнате должно быть минимальное количество предметов, которые могут отвлекать, рассеивать внимание ребенка.

Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности. Не позволяйте ему подолгу сидеть у телевизора.

Старайтесь, чтобы ребенок высыпался.

Помните! Ваше спокойствие — лучший пример для ребенка.

Давайте ребенку больше возможности расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе.



- Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка.

Для этого в течение дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему

с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой)

и сколько – с отрицательными

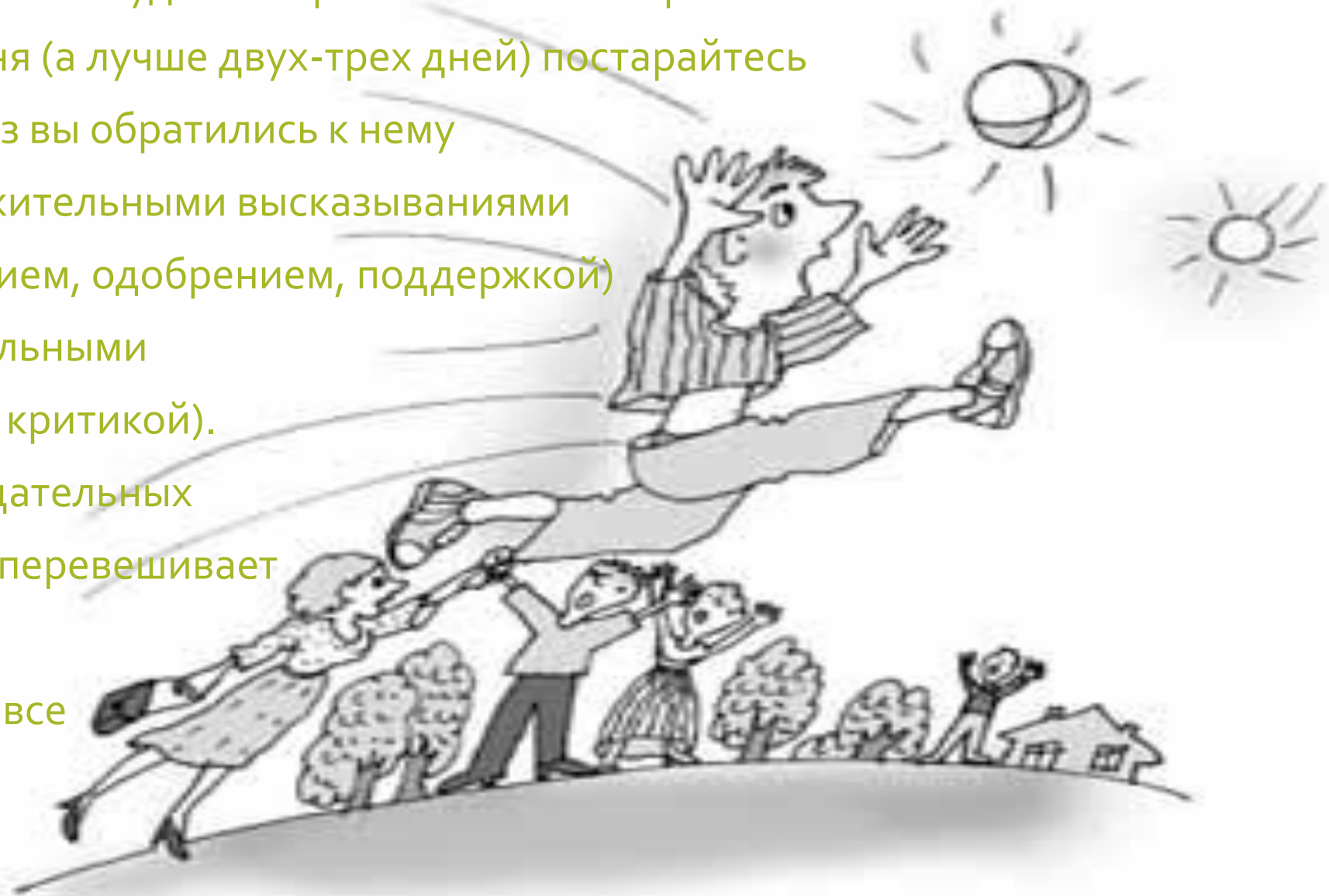
(упреком, замечанием, критикой).


Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает

число положительных,

то с общением у вас не все

благополучно.





Закройте на минуту глаза и представьте себе,
что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу).

Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок?

А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он
приходит домой из школы и вы показываете, что рады его видеть.
Представили?

Теперь вам легче будет сделать это на самом деле, до всяких других
слов и вопросов.

Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение
ещё нескольких минут.

УСТАНОВИТЕ МИР И СОТРУДНИЧЕСТВО НА ФОНЕ ПОХВАЛ

- Безусловным фактором улучшения ситуации является создание позитивной модели отношения к ребенку. Психологические особенности гиперактивных детей таковы, что порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому они не восприимчивы к выговорам и наказаниям, но легко отвечают на малейшую похвалу.



Как по-разному (в том числе жестами) сказать «Молодец!»

невербально:

- обнять
- погладить по голове или плечу
- взъерошить волосы
- приобнять за плечи или талию
- улыбнуться
- поцеловать
- поднять большой палец
- подмигнуть

вербально:

«Мне нравится, когда ты...»

«Замечательно, что ты...»

«Ты просто потрясающе сделал...»

«Потрясающе!» «Супер!» «Фантастика!»

«Ты совсем большой, раз ты...»

«Я очень горжусь тобой, когда ты...»

«Мне всегда нравится, когда мы с тобой... как сейчас».

Безусловное принятие и правильное внимание позволяют восстановить эмоциональную связь с ребенком.

СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!

