

## Гиперактивный ребенок.



Такой ребенок, став на ножки, тотчас же сразу начал бегать. С тех пор торопиться куда-то, мчит на ракетных скоростях, не управляя тормозами. Мчит год, другой и в эту гонку невольно вовлекает всех, кто общается с ним. Ему лишь 3, а мама с папой измотаны так, словно он им не дает покоя вечность. Ему 4,5.... Все валятся с ног рядом с ним. Лишь он один неутомим. Он весь как будто на шарнирах, и оттого все части тела все время ходят ходуном и извиваются в движениях. Особо непослушны руки. Они все трогают, хватают, ломают, дергают, бросают.... Порою кажется, что их у малыша не две, а больше. А ноги? Сколько на них долю выпадает за день бегать, потому что у гиперактивного ребенка нет такого слова, как “ходьба”.

Неусидчивость его бросается в глаза. Он рассеян, и внимание его не может задерживаться, на чем надо больше мига. У гиперактивного ребенка виноваты все, кроме него; словом, оправданиям его поступков нет конца. Такой ребенок импульсивнее своих сверстников. А негативизм — это просто норма для него. Он обычно самый шумный среди шумных.

Во всем этом виновата нервная система малыша, ее повышенная возбудимость. Все это с возрастом пройдет и он остепенится. Надо только

научиться ждать и помогать ребенку. Разве вы когда-нибудь встречали взрослых, вам напоминающих “вихрь”, ”ураган”, ”пожар”?

### **Как надо вести себя родителям с гиперактивным ребенком:**

- Необходимо узнать причину гиперактивности ребенка. Проконсультироваться с врачом: болезнь это или нет. Нередко у гиперактивного ребенка в анамнезе есть родовая травма. Бывает, что гипердинамичность — это следствие ММД (минимальной мозговой дисфункции). Когда гиперактивность обусловлена болезнью, необходимо строго выполнять все предписания врача.

- Все то, что может вызвать в доме “любопытность” ребенка, последствием которой будет детский травматизм, родители должны убрать хотя бы с поля зрения проказника, лишив его соблазна.

- Любое разногласие в семье в вопросах воспитания ребенка усиливает отрицательные качества малыша. Поэтому, “нащупайте” все болевые точки в семье и устраните их.

- Прежде всего, старайтесь по возможности уменьшить расторможенность и отвлекаемость ребенка. Продумайте режим дня малыша до мелочей. Старайтесь следовать режиму. Пусть ваш ребенок четко знает, когда он должен встать, пойти гулять, играть с друзьями.

- Друзей у вашего малыша должно быть мало; чем больше будет у него товарищей по играм, тем больше будет возбуждаться с ними и он. Желательно, чтобы друзьями не были гиперактивные ребята.

- Игра для вашего ребенка — важнее разных медикаментов, вернее главное лекарственное средство. Старайтесь приобщать ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от бьющей ключом энергии.

- Чтоб выработать у гиперактивного ребенка хоть какую-то усидчивость, необходимо приучать его к играм помимо шумных игр в тихие, используя мозайку, лото и домино. Обычно эти игры учат также концентрировать внимание, что очень важно малышу. Гиперактивного ребенка можно отвлечь от “двигательной бури” рисованием, и чтением любимых сказок.

- Все старания гиперактивного ребенка и даже слабые попытки что-то сделать, о чем просили вы, необходимо сразу поощрять.

- 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 гиперактивного ребенка в шумные компании.

- Учите его сдерживать “бурлящие эмоции” и постарайтесь не выплескивать свои. Запомните, что вам ребенок подражает. Поглубже прячьте свои раздражения и ярость.

- Довольно осторожно жонглируйте своими “можно”и “нельзя”. Будьте последовательны и в наказаниях, и в поощрениях.
- Наказание словесною, телесною агрессией обычно вызывает идентичную реакцию у малыша. Гораздо эффективнее наказать ребенка лишением свободы действий и неподвижностью на многие часы.
- Ребенок должен развиваться в благоприятной обстановке без интеллектуальных перегрузок, с соблюдением соответствующего режима, в ровной эмоциональной атмосфере.
- Надо общаться мягко, спокойно.

### **Как не надо вести себя родителям с гиперактивным ребенком:**

- Рассматривать гиперактивность своего ребенка как шалость или баловство.
- Пренебрегать советами врача.
- Не вырабатывать усидчивость.
- Давать задания, которые он не сумеет сделать, и постоянно в связи с этим раздражаться.
- Выплескивать свои эмоции наружу по поводу или без повода, давая волю наказаниям, вплоть до побоев.

### **Ситуация для родителей:**

В воскресенье Валера с родителями побывал в цирке, в парке, потом посидели в кафе и напоследок зашли в гости, а вечером еще просился гулять во дворе. В этот день Валера остался без дневного сна и вообще весь режим дня сместился. А вечером он не мог долго уснуть, разозлив этим своих родителей, которые применили даже к нему силу.

Мама ругалась, какой непослушный у нее ребенок, со слезами и воплями ребенок уснул только в первом часу.

1. Правильно ли вели себя родители Валерки?
2. Как в данной ситуации поступили бы вы?

### **Таким образом, решать данную проблему нужно в следующих направлениях:**

1. Развивать дефицитарные функции( внимание, контроль поведения, двигательный контроль).
2. Учить навыкам взаимодействия со взрослыми и сверстниками.
3. Учить справляться с гневом.
4. Избегать криков и приказаний, а также восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона. Для укрепления уверенности в себе необходимы похвала и одобрения, которые нужно делать не слишком эмоционально. Необходимо избегать резких запретов начинающихся словами “нельзя” и “нет”, скорей всего на них ребенок отреагирует непослушанием. В этом случае, надо говорить с ребенком спокойно и сдержанно, и дать ребенку возможность выбора. Например, если ребенок носится по квартире как

“вихрь”, можно предложить ему на выбор два или три других занятия: побегать во дворе или послушать любимые сказки или порисовать. Если ребенок громко кричит, можно вместе с ним спеть по его выбору несколько любимых песен. Если ребенок швыряется игрушками и вещами, можно предложить ему игры с водой или пластилином.

5. Давать инструкции немногословные, которые должны содержать не более 10 слов. Не давать несколько заданий сразу. Их выполнение необходимо проконтролировать.

6. Запретов должно быть не много и они должны быть заранее оговорены с ребенком, которые сформулированы в очень жесткой и непреклонной форме. При этом важно, чтобы ребенок знал, какие санкции будут введены взрослыми за нарушение того или иного запрета.

7. Полезны спокойные прогулки с родителями перед сном.

8. Уместно использовать систему поощрений и наказаний.

В заключении, хочется напомнить, что первой и основной задачей родителей является создание у ребёнка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся. Самая естественная и самая необходимая из всех обязанностей родителей – это относиться к ребёнку в любом возрасте любовно и внимательно. Только при уверенности ребёнка в родительской любви и возможно правильное формирование психического мира человека, только на основе любви можно воспитать нравственное поведение, только любовь способна научить любви.

