

## ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА

Родители детей, страдающих синдромом дефицита внимания и гиперактивности, испытывают трудности при общении с ними. Одни из них борются с непослушанием ребенка при помощи строгих наказаний и увеличения запретов. Другие просто машут рукой на своего беспокойного ребенка, не обращают на него внимания, тем самым лишая его поддержки. Поэтому такие дети часто страдают от:

- Недостатка родительского внимания. Родители не стремятся вникать в проблемы ребенка, а лишь водят его по врачам, пытаются решить проблему его поведения при помощи медицинских препаратов.
- Отсутствия достаточного контроля над поведением со стороны родителей. Взрослые должны составить список запретов и строго следовать ему.
- Отсутствия навыков управления гневом.

### **Родителям необходимо помнить:**

- Ужесточение дисциплины не даст положительных результатов.
- С такими детьми необходимо спокойно и мягко общаться.
- Ни в коем случае не стоит кричать на такого ребенка и приказывать ему. Как, впрочем, использовать восторженный тон. Ребенок с синдромом дефицита внимания и гиперактивности очень чувствителен к эмоциям окружающих его людей и быстро присоединяется к ним.
- Увеличение нагрузок ведет к переутомлению и капризам.
- Гиперактивные дети, как и любые другие, нуждаются в похвале и одобрении. Но похвала должна быть искренней.
- Ребенку нужно давать простые и четкие инструкции. Не стоит поручать ему несколько дел одновременно.
- Если есть система запретов, то их должно быть не очень много. При этом ребенок четко должен понимать, что будет в случае нарушения запрета. А взрослые не должны закрывать глаза на нарушения правил, оговоренных заранее. Не стоит начинать запрет со слов «Нет» или «Нельзя». Из-за своей импульсивности такой ребенок, скорее всего сразу отреагирует на него негативно. Лучше предлагать ему альтернативные варианты деятельности взамен той, которая нежелательна.
- Если ребенку предстоит переключиться с одного вида деятельности на другой, то стоит предупредить его об этом заранее.
- Можно ограничить пребывание ребенка в местах скопления большого количества людей, чтобы не допускать его перевозбуждения.
- У такого ребенка должен быть четкий режим дня.
- Стоит ограничить занятия на компьютере и просмотр телевизионных передач.

В заключение хотелось бы добавить, что, несмотря на то, что гиперактивные дети доставляют взрослым много беспокойства, грамотный и здравый подход к коррекции их поведения может помочь свести к минимуму негативные проявления синдрома дефицита внимания и гиперактивности и успешно социализировать этих детей.