

Консультация для родителей  
«Гиперактивный ребенок.  
Как помочь?»

Подготовила: педагог-психолог  
Захарова Н.В.

Многим детям свойственно динамичное поведение. Они с азартом и большим интересом исследуют новый мир, и в этом нет ничего противоестественного. Однако, некоторым детям свойственны признаки поведения, которые характеризуют их как гиперактивных.

Если говорить подробно, то в переводе с латинского языка "активный" значит деятельный, действенный, а греческое слово "гипер" указывает на превышение нормы. В литературе, в описании таких детей часто употребляются термины: "подвижные", "шустрики", "вечный двигатель", "живчик".

Гиперактивность обычно включает в себя склонность быстро отвлекаться, находиться в постоянном беспокойном состоянии, в неспособности долго концентрировать свое внимание.

Гиперактивный ребенок сталкивается с тремя типами трудностей:

1. Его энергия становится причиной раздражения не только взрослых, но и детей. Он может получить репутацию человека, от которого одни неприятности. Ребенок нестабилен и в эмоциональном отношении.
2. Ему трудно спокойно усидеть на стуле и выполнить требования, которые предъявляются. Это приводит к тому, что в момент объяснения нового материала ребенок отвлекается на что-то постороннее (шум, звуки, крики и т.д.).
3. У таких детей существует трудность визуального восприятия. Он не способен правильно воспринимать смысл символа и печатного материала. Зрение нормально, но мозг не может обрабатывать поступающие сигналы. Поэтому ребенок видит информацию в перевернутом или искаженном виде.

### **Основными ошибками взрослых при воспитании гиперактивного ребенка являются:**

Недостаток эмоционального внимания, подменяемого физиологическим уходом.

Недостаток твердости и контроля воспитания.

Неумение воспитать навыки управления гневом, так как чаще всего сами не обладают этим навыком.

### **Практические советы для родителей гиперактивных детей:**

1. В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в своих силах.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты. Следите за своей речью, старайтесь говорить спокойным голосом
4. Давайте ребёнку только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.

5. Эмоционально поддерживайте и поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).
6. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних дел сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
7. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие. Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
8. Избегайте категоричных слов и выражений, жестких оценок, упреков, угроз.
9. Выражая недовольство, не манипулируйте чувствами ребенка и не унижайте его.
10. Не опускайте руки! Любите вашего норовистого ребенка. Помогите ему быть успешным, преодолеть трудности.
11. Играйте с ребенком в подвижные игры, заинтересуйте занятием спортом, особенно плаванием.

**Самое главное** - гиперактивным детям особенно необходима уверенность в безусловной родительской любви и принятии. Ребенку жизненно важно знать и чувствовать, что мама и папа любят его таким, какой он есть, независимо от его поведения и поступков. Любят, просто потому, что Он есть в их жизни. Чаще говорите об этом своим детям!

### **Чтобы вам было легче с нами жить, а мы вас любили:**

*\* Не загружайте нас скучной и нудной работой. Больше жизни! Больше динамики! Мы все можем!*

*\* Не вздумайте давать нам длинных инструкций! На пятнадцатом слове нас больше интересует, какого цвета носки у соседа, чем ваша поучительная речь. Говорите конкретно, по делу, не более десяти слов.*

*\* Не требуйте от нас, чтобы мы были одновременно и внимательными, и аккуратными, и усидчивыми. Это выше наших сил!*

*А вообще – запомните: похвала и порицание действуют на нас сильнее, чем на других.*

**Гиперактивные дети.**