

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВОСПИТАНИЮ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ

Консультация для родителей, чьим детям поставлен диагноз гиперактивный ребенок. Страшно это или нет?! Что делать? Как вести себя с таким ребенком? Решение проблемы есть. Если родители и окружающие вашего ребенка взрослые будут правильно выстраивать стратегию общения с ним, то все можно победить!

Вот несколько расширенных советов от логопеда, которые могут помочь в этой ситуации:

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. Говорите сдержанно, спокойно, мягко. (Окрики возбуждают ребёнка).
4. Давайте ребёнку только **одно задание** на определённый отрезок времени, чтобы он мог **его завершить**.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).
7. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних дел сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
10. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны).
11. Помните о том, что присущая детям гиперактивность может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

Воспитание ребенка с гиперактивностью – это эмоционально затратный процесс. Не забывайте о себе. Поддерживайте собственные ресурсы, находите время для отдыха и восстановления.

Будете в ресурсе Вы – будут спокойны дети!

Надеюсь, эти советы будут полезны для родителей! Берегите себя и своих детей!

Консультацию подготовила учитель-логопед Гужа Н.Г.