Взаимодействие с гиперактивными детьми

«Активный» - от латинского - деятельный, действенный. «Гипер» - от греческого - над, сверх.

В основе гипер активности, как правило лежит минимальная мозговая дисфункция, которая и является причиной возникновения школьных проблем. Однако синдром гиперактивности - это медицинский диагноз, право на постановку которого имеет только специалист. При этом диагноз ставится только после проведения специальной диагностики, а никак не на основе фиксации излишней двигательной активности ребенка.

**Рекомендации для родителей гиперактивного ребенка**

**Необходимо изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:**

•  Не давайте ему категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя».

• Реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите его действия, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного).

• Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз.

• Не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок.

• Выслушивайте то, что хочет сказать ребенок.

• Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

**Необходима организация режима дня и места для занятий:**

• Установите четкий распорядок дня для ребенка и всех членов семьи.

• Чаще показывайте ребенку, как выполнить задание, не отвлекаясь.

• Оградите ребенка от длительных просмотров телевизионных передач, занятий на компьютере.

• Избегайте по возможности больших скоплений людей.

• Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

**Необходима специальная поведенческая программа:**

• Придумайте гибкую систему вознаграждений (за хорошо выполненное задание) и наказаний (за плохое поведение), используя знаковые обозначения или дневник самоконтроля.

• Не прибегайте к физическому наказанию! Целесообразнее использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения проступка.

• Чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому ребенок не воспринимает выговоры и наказания, однако чувствителен к поощрениям.

• Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ.

• Не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время

• Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, т. к. это самый трудный этап.

• Помните, что вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными. Наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»:

– лишение удовольствия, лакомства, привилегий;

– запрет на приятную деятельность и т.п.;

• Помните, что вслед за понесенным наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление (поощрение желательного поведения и игнорирование нежелательного).

**Как помочь гиперактивному ребенка**

• В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. С ребёнком необходимо общаться мягко, спокойно. При выполнении домашнего задания желательно, чтобы не было окриков, приказания, но и восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона также, не было, т. к. ребёнок чувствителен и восприимчив к вам, эмоции его захлестнут и станут препятствием для дальнейших действий.

• Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (чтение, раскрашивание).

• Следует избегать большого количества кружков, секций, т. к. завышенные требования и увеличение нагрузок ведут к переутомляемости, капризам и отказам от учёбы вовсе.

• Инструкции и указания следует давать в короткой и немногословной форме, они должны содержать не более 10 слов, т. к. в противном случае ребенок просто «выключится» и не услышит вас.

• Избегать слов «нет», «нельзя» и резких запретов. Ребенок может отреагировать непослушанием, агрессией. Если вы что-либо запрещаете ребёнку лучше говорить спокойно и сдержанно. Вместо «нет» дайте возможность выбора другого занятия.

• Оградить ребёнка от длительных занятий на компьютере, просмотра телевизионных программ, т. к. это способствует эмоциональному возбуждению.

• Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки с родителями. Показано плавание, бег и другие виды неколлективного спорта.

Источник: информация из сети интернет