

Рекомендации родителям гиперактивного ребенка

Практические рекомендации родителям гиперактивного ребенка. В домашней программе коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности должен преобладать поведенческий аспект:

1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность не являются умышленными;
- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;
- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т. д.);
- 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.

2. Изменение психологического микроклимата в семье;

- уделяйте ребенку достаточно внимания;
- проводите досуг всей семьей;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.

3. Организация режима дня и места для занятий:

- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;
- избегайте по возможности больших скоплений людей;
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;
- организуйте поддерживающие группы, состоящие из родителей, имеющих детей с аналогичными проблемами.

Рекомендации родителям на каждый день

1. Когда вы браните ребенка, не употребляйте выражений: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок всегда и вообще хорош, он лишь сегодня что – то сделал не так, об этом скажите ему.
2. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помириться, а потом идите по своим делам.
3. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все – таки, как хорошо у нас дома».
4. Наши разговоры с детьми нередко бедны, поэтому каждый день читайте с детьми вслух (даже с подростками) хорошую книгу, это сильно обогатит ваше духовное общение.
5. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.
6. Всегда подбадривайте подростка. Уверенность появляется тогда, когда тебе говорят: "Я знаю, ты можешь это сделать! Ты это сделал! Потрясающе!». Но это не означает, что не следует критиковать. Критику нужно сочетать с похвалой.
7. Родители должны привить ребенку три главных качества: уважение, находчивость, ответственность.

Советы родителям

Важно чаще посещать школу, узнавать об успехах и поведении своих детей, советоваться с классными руководителями об их воспитании.

Постоянно посещать родительские собрания, исправно участвовать в обсуждаемых вопросах.

Регулярно просматривать дневник с записями заданий к следующему уроку и следить за тем, чтобы дети самостоятельно и ежедневно готовились к урокам.

Следите за чистотой и опрятностью ребенка, за аккуратным содержанием тетрадей и учебников.

Не наказывайте детей за учебу. Оказывайте им регулярную помощь, чтобы дети ходили в школу со спокойным, ровным настроением.

Внушать ребенку мысль о том, что их учеба в школе – это долг перед нашей Родиной, в которой открыты все возможности для их будущего.

Запомнить – хулиганами, «трудными» детьми не рождаются, ими становятся, идя от проступка к проступку, от проступка к преступлению.

Знать, с кем дружит и проводит свободное время ваш ребенок, кто его товарищи, как они ведут себя на улице и в общественных местах.

Быть для детей примером во всем и, следовательно, следить за своим поведением, быть всегда на высоте: не лгать, выполнять свои обещания.

Не ссориться, не быть грубым в присутствии детей, требовать от них вежливого отношения к старшим и товарищам

Не критиковать учителей в присутствии детей, прививать им уважение школе и учителям.

Участвовать во всех классных и общешкольных массовых мероприятиях.

Воспитывать бережное отношение к семейным ценностям и деньгам. Контролировать трату денег.

Выделить родительский час, в который помогать в подготовке уроков своим детям, устраивать совместные чтения книг, журналов и газет, просмотр телепередач и слушание радиопередач. Использовать рационально выходной день для воспитания детей.

Приучать детей бережно относиться к вещам в школе и дома.