

Воспитание детей с синдромом дефицита внимания гиперактивных детей

Рекомендации для родителей

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Почаще хвалите его, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах, повышает его самооценку.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите с ним в сдержанном, спокойном, мягком тоне.
4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он смог его завершить.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Особенно поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с кубиками, раскрашивание, чтение).
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня (время для приема пищи, выполнения домашних заданий и сна).
8. Избегайте по возможности пребывания с ребенком в местах скопления людей. Посещение крупных магазинов, рынков и т.д. оказывает на него негативное действие.
9. Во время игр ограничивайтесь для ребенка лишь одним партнером, избегая шумных, беспокойных приятелей.
10. Оберегайте ребенка от утомления, оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
11. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию (полезны ежедневные длительные прогулки на свежем воздухе, бег, спортивные занятия).
12. Помните о том, что присущая детям с синдромом дефицита внимания гиперактивность может быть минимизирована с помощью перечисленных мер с учетом индивидуальных особенностей (недостатков) ребенка.

(Рекомендации составлены по материалам монографии доктора медицинских наук, профессора Н.Н.Заваденко)

Правила работы с гиперактивными детьми

- Работать с ребенком в начале дня, а не вечером.
- Уменьшить рабочую нагрузку ребенка.
- Делить работу на более короткие, но частые периоды. Использовать физкультминутки.
- Снижать требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
- Посадить ребенка во время занятий рядом со взрослым.
- Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
- Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
- Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
- Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
- Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
- Предоставлять ребенку возможность выбора.
- Оставаться спокойным. Нет хладнокровия — нет преимущества!