

Воспитание ребёнка с признаками гиперактивности в семье

(материалы для психолого-педагогического информирования)



Прежде всего следует учесть, что важное место в преодолении синдрома дефицита внимания принадлежит медикаментозной терапии. Поэтому необходимо обратиться к врачу, т.к. такой ребенок должен находиться под его наблюдением. Взрослым необходимо почувствовать проблемы ребенка, понять и принять, что его поступки не являются умышленными и что без помощи и поддержки взрослых такой ребенок не сможет справиться с имеющимися у него трудностями.

Родителям гиперактивного ребенка необходимо придерживаться определенной тактики воспитательных воздействий. Они должны помнить, что улучшение состояния ребенка «зависит не только от специально назначаемого лечения, но в значительной мере еще и от доброго, спокойного и последовательного отношения к нему. В воспитании ребенка с гиперактивностью родителям необходимо избегать двух крайностей: проявления чрезмерной жалости и вседозволенности с одной стороны, а с другой - постановки перед ним повышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жесткостью и наказаниями. Частое изменение указаний и колебания настроения родителей оказывают на ребенка с синдромом дефицита внимания гораздо более глубокое негативное воздействие, чем на здоровых детей. Родители также должны знать, что существующие у ребенка нарушения поведения поддаются исправлению, но процесс этот длительный и потребует от них больших усилий и огромного терпения. Родителям детей с синдромом дефицита внимания необходимо следовать нижеперечисленным конкретным рекомендациям:

1. В своих отношениях с ребёнком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчёркивайте его успехи. Это поможет укрепить у ребёнка уверенность в в своих силах.
2. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко.
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, чтение, рисование).

7. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних заданий и сна должно соответствовать этому распорядку.

8. Избегайте по возможности скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т. п. Оказывает на ребёнка чрезмерно стимулирующее воздействие.

9. Во время игр ограничивайте ребёнка лишь одним партнёром. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

10. Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

11. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные игры.

12. Постоянно учитывайте недостатки поведения ребёнка. Гиперактивность неизбежна, но она может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

13. Грамотно организуйте жизнь ребенка:

- введите определенные «нерушимые» правила и режим дня;
- регулярно давайте возможность выплеснуть энергию;
- относитесь к ребенку с терпимостью и пониманием – попросту, примите таким, какой он есть;
- проводите медикаментозное лечение.

Гиперактивным детям необходимо предоставить простор для двигательной активности и деятельности. Им трудно выработать социальные навыки, поэтому придется терпеливо проводить беседы о правилах поведения в обществе, и делать это неоднократно. Напоминания не должны быть злыми и унижительными – ведь ребенок «нарушает спокойствие» или бывает невнимателен не от злого умысла.

К кому можно обратиться. В первую очередь необходимо проконсультироваться с психологом, который занимается проблемами детского развития, например, школьным. Он даст квалифицированный совет. Иногда для ликвидации причин неуспеваемости достаточно комплекса мер психолого-педагогической коррекции. Но возможно, потребуется помощь и других специалистов:

- логопеда,
- дефектолога,
- невропатолога,

□ психиатра или психоневролога.

*Вероника Валерьевна Пиликевич,
педагог-психолог гимназии*