

Консультация для родителей на тему:

«Гиперактивный ребенок в детском саду и дома»

Цель: обсудить с родителями проблему гиперактивности у детей: выработать способы реагирования на проблемные ситуации; помочь родителям сформировать чувства уверенности в собственных воспитательных воздействиях.

Ребенок живой, подвижный, активный - что в этом плохого? Более того, он и смышлен не по годам, по крайней мере, компьютер быстро освоил компьютер, знает, как привести в движение сложную игрушку, с пультами телевизора и "видика" - вообще не бывает проблем. Врачи на задержку развития не указывают. И, тем не менее вас постоянно выводит из себя его неугомонность, беготня, ерзанье, нетерпеливость, невразумительные ответы. Не следует любого возбужденного ребенка относить к категории гиперактивных. Если ваш ребенок полон энергии, если она бьет через край, отчего малыш порой становится упрямым и непослушным, - это не значит, что он гиперактивен.

У всякого ребенка время от времени случаются минуты гнева. А сколько детей начинают "разгуливаться" в постели, когда пора спать, или балуются в магазине! То, что ребенок становится как заводной, давая выход скуке, вовсе не считается признаком гиперактивности. Быть может, это временно. Или просто так сложилась ситуация.

Вот здесь и кроется главное отличие ребенка живого, активного от гиперактивного. Под гиперактивностью принято понимать чересчур беспокойную физическую и умственную активность у детей, когда возбуждение преобладает над торможением. Признаки гиперактивности проявляются у ребенка уже в раннем возрасте. В дальнейшем его эмоциональная неустойчивость часто приводят к конфликтам в семье и детском саду.

Очень многие резвые, шустрые дети, на которых взрослые спешат навесить ярлык гиперактивности, вполне управляемы. Хотя и требуют определенного подхода. Как же отличить просто активного ребенка от гиперактивного? И неуправляемого - от своевольного? Синдром гиперактивности и дефицита внимания – это проблема, которая требует своевременной диагностики, а также психологической и педагогической коррекции.

Диагностировать гиперактивность можно начиная с возраста 5-7 лет. Именно в этот период и следует начинать проведение коррекционной работы. С возрастом у ребенка могут пройти признаки повышенной двигательной

активности, однако дефицит внимания и импульсивность могут перейти и во взрослую жизнь.

Рекомендации для родителей детей с СДВГ:

Что нужно сделать, чтобы малыш избавился от "излишков" активности?

Создать ему определенные условия жизни. Сюда входит спокойная психологическая обстановка в семье, четкий режим дня (с обязательными прогулками на свежем воздухе, где есть возможность порезвиться на славу). Придется и родителям потрудиться. Если вы сами - очень эмоциональны и неуравновешенны, постоянно везде опаздываете, торопитесь, то пора начинать работать над собой. Мы больше не несемся сломя голову в сад, постоянно поторапливая ребенка, стараемся поменьше нервничать и пореже менять планы "по ходу дела". Скажите себе: "четкий распорядок дня" и постарайтесь сами стать более организованными.

малыш не виноват, что он такой "живчик", поэтому бесполезно его ругать, наказывать, устраивать унизительные молчаливые бойкоты. Этим вы добьетесь только одного - снижение самооценки у него, чувство вины, что он "неправильный" и не может угодить маме с папой.

научить ребенка управлять собой - ваша первоочередная задача.

Контролировать свои эмоции ему помогут "агрессивные" игры. Негативные эмоции есть у каждого, в том числе и у вашего ребенка, только табу, скажите ему: "хочешь бить - бей, но не по живым существам (людям, растениям, животным)". Можно бить палкой по земле, бросаться камнями там, где нет людей, пинать что-то ногами. Ему просто необходимо выплескивать энергию наружу, научите его это делать.

в воспитании необходимо избегать двух крайностей – проявления чрезмерной мягкости и предъявления ему повышенных требований. Нельзя допускать вседозволенности: детям должны быть четко разъяснены правила поведения в различных ситуациях. Однако количество запретов и ограничений следует свести к разумному минимуму.

ребенка нужно хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести начатое дело до конца. На примере относительно простых дел нужно научить правильно распределять силы.

необходимо оберегать детей от переутомления, связанного с избыточным количеством впечатлений (телевизор, компьютер), избегать мест с повышенным скоплением людей (магазинов, рынков и пр).

в некоторых случаях излишняя активность и возбудимость могут быть результатом предъявления ребенку родителями слишком завышенных требований, которым он по своим природным способностям просто не может соответствовать, а также чрезмерного утомления. В этом случае родителям стоит быть менее требовательными, постараться снизить нагрузку.

"Движение - это жизнь", недостаток физической активности может стать причиной повышенной возбудимости. Нельзя сдерживать естественную потребность ребенка поиграть в шумные игры, порезвиться, побегать, попрыгать.

иногда нарушения поведения могут оказаться реакцией ребенка на психическую травму, например, на кризисную ситуацию в семье, развод родителей, плохое отношение к нему, определение его в несоответствующий класс школы, конфликт с учителем или родителями.

обдумывая рацион ребенка, отдавайте предпочтение правильному питанию, в котором не будет недостатка витаминов и микроэлементов. Гиперактивному малышу больше, чем другим деткам необходимо придерживаться золотой середины в питании: поменьше жареного, острого, соленого, копченого, побольше вареного, тушеного и свежих овощей и фруктов. Еще одно правило: если ребенок не хочет есть, не заставляйте его!

Подготовьте своему непоседе "поле для маневров": активные виды спорта для него - просто панацея. Желательно занять каким-то видом спорта, доступного по возрасту и темпераменту.

Приучайте малыша к пассивным играм. Мы читаем, а еще рисуем, лепим. Даже если вашему ребенку трудно усидеть на месте, он часто отвлекается, следуйте за ним ("тебе интересно это, давай посмотрим..."), но после удовлетворения интереса постарайтесь возвратиться с малышом к предыдущему занятию и довести его до конца.

Научите малыша расслабляться. Возможно, ваш с ним "рецепт" обретения внутренней гармонии - это йога, спокойная музыка.

Если врач - невропатолог назначает курс лекарств, массаж, особый режим, необходимо строго соблюдать его рекомендации.

Сообщите педагогам, воспитателям о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку.

Вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка. Любое разногласие в семье усиливает отрицательные проявления.

Важна единая линия поведения родителей, согласованность их воспитательных воздействий.

Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности.