



- Ввести балльную или знаковую систему вознаграждения, с помощью которой вы сможете отметить каждый хороший поступок.
- Стараться ставить реальные задачи перед малышом. Не используйте завышенные или заниженные требования.
- Четко определить для ребенка рамки дозволенного. Не навязывайте жестких правил, ваши указания должны быть именно указаниями, а не приказами.
- Вызывающее поведение вашего ребенка — это способ привлечь ваше внимание. Дайте ему позитивный способ общения, уделяйте ему больше времени. Учите его правилам взаимодействия.
- Оберегать ребенка от переутомления, которое приводит к снижению самоконтроля.
- Стараться создавать дома спокойную атмосферу.



- Следить за сном ребенка, он должен высыпаться.
- Развивать в ребенке осознанное торможение. Перед тем как что-либо сделать, ему необходимо подумать, представить свои действия и их последствия.
- Не забывать, что ваше спокойствие — лучший пример для ребенка.
- Использовать физическую нагрузку для расходования физической избыточной энергии, но не переутомлять ребенка.
- Найти занятие, в котором бы ребенок хорошо разбирался. Это увлечение должно стать «полигоном успеха», в котором у него будет повышаться уверенность в себе. Главное, чтобы это занятие было действительно интересным для малыша.

ИНФОРМАЦИОННО-ДЕЛОВОЕ ОСНАЩЕНИЕ



ИНФОРМАЦИОННЫЙ
БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КОЛЕСНИКОВА О. Н.

Советы
ПСИХОЛОГА

Как вести
себя родителям
с гиперактивным
ребенком

«»
ДЕТСТВО-ПРЕСС
Санкт-Петербург



Что делать?

- Проконсультироваться с врачом, правильно выполнять все его предписания и дозировать прописанное лекарство.
- Убрать из поля зрения все лекарственные средства и предметы, которые могут причинить ребенку вред.
- Помнить, что главное лекарство ребенка — это ваше полноценное общение с ним. Важнее всего мера воспитательных воздействий, система и методика их осуществления.
- Не забывать, что любое разногласие усиливает у малыша негативное проявление.
- Продумать режим дня ребенка до мелочей. Желательно, чтобы он совпадал с режимом дня в детском саду. Прежде всего самим родителям следует четко придерживаться этого режима. Важно, чтобы малыш сам хорошо знал, когда он должен встать, когда пойти гулять и т. д.



- Использовать возможности игры в полной мере: дидактические игры (лото, мозаика и т. д.) и различные конструкторы помогут ребенку научиться сосредоточиваться и быть внимательным; подвижные и спортивные игры помогут ребенку переключить свою энергию в положительное русло. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок занимался каким-либо видом спорта, лучше, если это будут плавание, бег, велосипедный спорт; сюжетные игры помогут вашему ребенку научиться налаживать контакт со сверстниками. Займитесь с ребенком рисованием. Начинать с листа большого формата с постепенным переходом к маленькому.
- Читать вместе с ребенком его любимые сказки.
- Лучше ограничить пребывание ребенка в больших и шумных компаниях взрослых и детей. Интенсивного общения со сверстниками в течение дня в детском саду ему вполне достаточно.



- Стараться делать так, чтобы в процессе игр ребенок взаимодействовал с какой-нибудь одной игрушкой, чтобы другие не отвлекали его внимания.
- Учиться владеть собой, исключить крик из вашего общения с ребенком. Вербальная и телесная агрессия вызывает обычно такую же ответную реакцию.
- Не замыкаться в себе, поговорить об особенностях вашего малыша с воспитателями группы, другими специалистами. Помните, что они ваши союзники и желают лишь добра вашему ребенку.
- Поручить ребенку часть посильных домашних дел, которые ему необходимо выполнять ежедневно. Ни в коем случае не выполнять их за него.
- Завести дневник контроля и отмечать в нем вместе с ребенком его успехи в детском саду и дома. Продумать графы и знакомую систему, которая наглядно демонстрировала бы ребенку его успехи.