

Консультация для родителей

«Как помочь гиперактивному ребенку»

Цель:

1. Расширять знания и представления родителей о синдроме гиперактивности .
2. Познакомить родителей с недостатками в развитии психических функций у ребенка с СДВГ.
3. Познакомить с приемами, компенсирующими нарушения психических функций.

Задачи:

1. Развивать представления родителей о признаках СДВГ.
2. Показать значимость медицинского аспекта проблемы.
3. Развивать способность к разрешению проблемных ситуаций, выработать новые навыки взаимодействия с ребенком.

Информационная часть.

Гиперактивность (синдром дефицита внимания с гиперактивностью – СДВГ) проявляется у детей не свойственной для нормального развития импульсивностью, двигательной расторможенностью, отвлекаемостью, невнимательностью. Такие дети, как правило, не могут сосредоточиться на одном предмете, не способны завершить выполнение поставленной задачи. Продуктивность выполнения задания обычно низкая. Часто отмечается повышенная утомляемость. Умственная деятельность детей с СДВГ характеризуется цикличностью. Состояние утомления сопровождается беспричинным раздражением, плаксивостью, истериками. Могут отмечаться нарушения пространственной координации, проявляющиеся в двигательной неловкости, неуклюжести.

Необычность поведения таких детей не является результатом дурного характера, упрямства или невоспитанности. Причиной является специфическая особенность психики, обусловленная как физиологическими (нарушениями в определенных структурах мозга, наследственность, патология беременности и родов, инфекции и интоксикации первых лет жизни), так и психосоциальными факторами.

Очень часто в основе синдрома гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), которая сопровождается такими поведенческими проявлениями, как повышенная возбудимость, непоседливость,

раздражительность. Наличие ММД определяет врач-невролог после проведения специальной диагностики и при необходимости назначает лечение.

В работе с гиперактивными детьми необходим комплексный подход с участием педагогов, психолога, врача-невропатолога, логопеда.

Поскольку своевременно не выявленная гиперактивность в дальнейшем может стать причиной школьной неуспеваемости, проявления неадекватного поведения, необходимо вовремя выявить признаки СДВГ для постановки диагноза и начала лечения.

Таким образом, причины, вызывающие гиперактивность, носят биологический, генетический, социально-психологический характер.

О наличии СДВГ можно говорить, если в поведении ребенка есть следующие проявления:

1. Дефицит внимания:

- Снижено избирательное внимание, не способен надолго сосредоточиться на предмете, деталях, делает ошибки по небрежности;
- Не может сохранять внимание: ребенок не выполняет задания до конца, не собран при решении каких-то задач;
- Не выполняет прямые инструкции;
- Имеет трудности с организацией своей деятельности, часто переключается с одного занятия на другое;
- Избегает или не любит задач, требующих длительного умственного напряжения;
- Легко отвлекается посторонним шумом;
- У таких детей повышенная забывчивость в повседневной деятельности.

2. Гиперактивность и импульсивность:

- При волнении интенсивно двигает руками или ногами, ерзает на стуле;
- Не может долгое время находиться в одном положении;
- Ребенок резко срывается с места, чрезмерно подвижен, больше бегает, чем ходит;
- Ему трудно участвовать в тихих действиях досуга;
- Не способен ждать своей очереди в играх, во время занятий и т.д.;
- Вмешивается в разговор или деятельность других;
- Выкрикивает с места; сильно шумит во время занятий.

Часто родители гиперактивного ребенка испытывают чувство вины за его поведение, особенно в общественных местах, а иногда просто не знают, что делать в той или иной ситуации.

Родители должны понимать, что не типичность поведения ребенка является следствием нарушения деятельности нервной системы. И Поэтому многочисленные окрики и замечания взрослых, частые запреты (особенно на двигательную активность) не приведут к улучшению поведения, а еще более осложнят ситуацию.

В качестве основных методов и воспитания ребенка с СДВГ психологи предлагают *поддержку и вознаграждение*, так как к негативным методам воздействия (ругань, одергивание) дети с СДВГ невосприимчивы. Физические наказания и отрицательные стимулы вызывают обратную реакцию и лишь усугубляют проблему.

Эмоциональный фон общения с ребенком должен быть ровным, позитивным, поддерживающим. Тактика вседозволенности недопустима, так как такие дети очень быстро становятся манипуляторами. Главное правило для родителей – сохранять спокойствие и помнить, что в основе гиперактивности лежат органические нарушения и ребенок невиноват в этом. Родители могут использовать приемы, компенсирующие нарушения психических функций у гиперактивных детей. Это поглаживание, массаж, релаксационные и психогимнастические упражнения, пальчиковые игры.

Коррекционное воздействие на гиперактивного ребенка должно включать следующие приемы и технологии:

1. Обучение приемам саморегуляции через использование релаксаций, визуализаций.
2. Обучение самомассажу.
3. Игры для развития быстроты реакции, координации движений.
4. Игры для развития тактильного взаимодействия.
5. Подвижные игры с использованием сдерживающих моментов.
6. Работу с глиной, водой, песком.

Пошаговая модель поддержки гиперактивного ребенка:

1. Ежедневно родители ставят перед ребенком конкретную цель, которую он должен реализовать. Формулировка цели должна быть четкой и лаконичной.
2. Родителям необходимо заранее продумать поощрения, которыми будут стимулироваться усилия ребенка по достижению поставленной цели.
3. По истечении дня родители вместе с ребенком должны проанализировать его поведение, оценить степень достижения цели.
4. В случае достижения ребенком значительных изменений он должен обязательно получить обещанное родителями вознаграждение.

Это модель коррекции призвана помочь родителям и педагогам в систематизации жизни ребенка, ее рациональной организации, что в дальнейшем будет способствовать позитивным изменениям в его личности и поведении.

Дети, страдающие СДВГ, как никакие другие требуют со стороны взрослых терпения и участия. Работа с ними должна быть кропотливой и комплексной, так как только согласованность и единство требований в детском саду и дома могут помочь адаптироваться таким детям и быть успешными.

Рекомендации родителям гиперактивных детей.

- 1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи. Помните, что гиперактивные дети игнорируют выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.**
- 2. Не прибегайте к физическому наказанию. Ваши отношения с ребенком должны основываться на доверии, а не на страхе. Он всегда должен чувствовать вашу помощь и поддержку. Совместно решайте возникшие трудности.**
- 3. Чаще говорите «да», избегайте слов «нет» и «нельзя».**
- 4. Поручите ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно и ни в коем случае не выполняйте их за него.**
- 5. Введите балльную или знаковую систему вознаграждения (можно каждый хороший поступок отмечать звездочкой, поощрять игрушкой, сладостями, поездкой).**
- 6. Избегайте завышенных или, наоборот, заниженных требований к ребенку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его способностям.**
- 7. Не навязывайте ему жестких правил. Ваши указания должны быть указаниями, а не приказами. Требуйте выполнения правил, касающихся его безопасности и здоровья, в отношении остальных не будьте столь придирчивы.**
- 8. Вызывающее поведение вашего ребенка – это его способ привлечь ваше внимание. Проводите с ним больше времени: играйте, учите, как правильно общаться с другими людьми, как вести себя в общественных местах, переходить улицу и другим социальным навыкам.**
- 9. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Прием пищи, игры, прогулки, отход ко сну должны совершаться в одно и то же время. Награждайте ребенка за его соблюдение.**
- 10. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной активности. Не позволяйте ему подолгу сидеть у телевизора.**
- 11. Старайтесь, чтобы ребенок высыпался. Недостаток сна ведет к еще большему ухудшению внимания и самоконтроля.**
- 12. Развивайте у ребенка осознанное торможение, учите контролировать себя. Перед тем, как что-то сделать, пусть посчитает от 10 до 1.**
- 13. Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка.**

МБДОУ № 3

Консультация для родителей

**«КАК МОЖНО ПОМОЧЬ
ГИПЕРАКТИВНОМУ РЕБЕНКУ»**