

Практические рекомендации родителям гиперактивного ребенка



В домашней программе коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности должен преобладать поведенческий аспект:

1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:

- + проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- + помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность не являются умышленными;
- + контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- + не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;
- + стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;
- + избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой - завышенных требований к ребенку;

- ✦ реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т. д.);
- ✦ повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- ✦ не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;
- ✦ выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- ✦ для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

2. Изменение психологического микроклимата в семье:

- ✦ уделяйте ребенку достаточно внимания;
- ✦ проводите досуг всей семьей;
- ✦ не допускайте ссор в присутствии ребенка.

3. Организация режима дня и места для занятий:

- ✦ установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи;
- ✦ чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- ✦ снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- ✦ оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;
- ✦ избегайте по возможности больших скоплений людей;
- ✦ помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;
- ✦ организуйте поддерживающие группы, состоящие из родителей, имеющих детей с аналогичными проблемами.

4. Специальная поведенческая программа:

- ✚ придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение.
- ✚ не прибегайте к физическому наказанию!
- ✚ чаще хвалите ребенка. Гиперактивные дети чувствительны к поощрениям.
- ✚ составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ;
- ✚ воспитывайте в детях навыки управления гневом и агрессией;
- ✚ не старайтесь предотвратить последствия забывчивости ребенка;
- ✚ постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;
- ✚ не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время;
- ✚ не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям;
- ✚ помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап;
- ✚ не давайте одновременно несколько указаний. Задание, которое дается ребенку с нарушенным вниманием, не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких звеньев;
- ✚ объясните гиперактивному ребенку о его проблемах и научите с ними справляться.

Помните, что!

- вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными, так как гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы;
- ребенок с синдромом дефицита внимания и гиперактивности; наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»;
- вслед за понесенным наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление, знаки «принятия»;

- невозможно добиться исчезновения гиперактивности, импульсивности и невнимательности за несколько месяцев и даже за несколько лет;
- синдром дефицита внимания и гиперактивности - это патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции.

Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится в возрасте 5- 6 лет.