

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ИМПУЛЬСИВНЫМ РЕБЕНКОМ

Частые «западни» для родителей при взаимодействии с ребенком		Пути преодоления
1	<i>Недостаток эмоционального внимания, часто подменяемого мед.уходом</i>	Больше общаться с ребенком, вникать в его детские проблемы, играть вместе с ним, беседовать по душам
2	<i>Недостаток твердости в воспитании и отсутствие надлежащего контроля за поведением ребенка</i>	Составить для взрослых список запретов и четко следовать ему (запретов не должно быть очень много). Контролировать действие списка, насколько требования в семье выполняются сегодня, через неделю, через месяц и тд. Четкие границы дозволенного должны быть обязательно. Единство требований обоих родителей. Это обговаривается с ребенком и вводятся санкции за нарушение (с обязательным выполнением)
3	<i>Неумение воспитывать в детях навыки управления гневом</i>	Работа с гневом. Говорить об этом чувстве с ребенком, составить список приемов, с помощью которых можно выплеснуть гнев.

Общие рекомендации по взаимодействию с импульсивным (сверхактивным) ребенком.

Ребенок ни в коей мере не виноват в своих физиологических особенностях, поэтому дисциплинарные меры в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а в большинстве своем – скорее ухудшат его, поэтому рекомендация №1-

- 1. Изменить собственный настрой, отношение к ребенку, к его поведению – понять, что не только взрослые порой мучаются с ребенком, но и сам ребенок страдает от своего поведения, но вести себя так, как хотели бы взрослые, он НЕ «не хочет», а «не может»***
- Недопущение интеллектуальных перегрузок (как следствие – утомляемость, капризы, отказ заниматься), соблюдение режима. И прием пищи, и прогулки, и выполнение заданий необходимо осуществлять в одно и то же время, известное ребенку. Чтобы предотвратить перевозбуждение, ребенок должен ложиться спать в строго определенное время с достаточной продолжительностью сна. Любое нарушение режима негативно сказывается на состоянии ребенка!
- Ровная эмоциональная атмосфера дома: с ребенком необходимо общаться мягко и спокойно – без криков и приказаний так и без восторженных интонаций. Ребенок скорее быстро присоединится к вашему настроению.
- Чаще хвалить за успехи и достижения, даже самые незначительные (искренне!). Вы также можете похвалить ребенка за усидчивость, аккуратность, за удачное выполнение задания. Лучше заметить позитивное и положительное поведение, чем реагировать на плохое.
- Учимся правильно давать инструкции ребенку – последовательно одно за другим по мере выполнения, а не все сразу.

6. В повседневном общении с ребенком родители должны избегать резких запретов со слов «нет» и «нельзя» (импульсивный ребенок скорее отреагирует непослушанием или агрессией). В этом случае говорим с ребенком спокойно и сдержанно, даем возможность выбора

7. Заранее договариваться с ребенком о времени игры, длительности прогулки и т.д.

Об истечении времени ребенку сообщает не взрослый, а заведенный заранее будильник, кухонный таймер, что будет способствовать снижению агрессии ребенка

8. Не допускать перевозбуждения, а затем и сильного утомления. Ограничить пребывание ребенка в местах скопления большого количества людей, стараться не приглашать в дом сразу много гостей. По возможности надо оградить ребенка от занятий на компьютере, в телефонных играх, от просмотра телевизора, особенно способствующих эмоциональному возбуждению.

9. Повышенную двигательную активность можно «канализовать»: следует использовать полезные занятия танцами, хореографией, катание на велосипеде, коньках, лыжах, плавание, пешие прогулки, НО НЕ рекомендуется – единоборства, групповые виды спорта, теннис, фехтование. Рекомендуются ежедневные занятия утренней гимнастикой и физкультурой.

10. У ребенка по возможности должен быть свой «угол» или своя комната, со своим «порядком\беспорядком», с возможностью уединиться, побыть одному.

11. В сложных ситуациях, при острых конфликтах, истериках, нельзя кричать на ребенка, обзывать и унижать его, наказывать. Нецелесообразна тактика игнорирования и отлучения. Взрослый при любой ситуации должен постараться сдержать свои эмоции, лучше отвлечь ребенка, переключить его внимание. Лучше успокоить, а затем поговорить.

12. Медикаментозная поддержка (при необходимости), при этом родитель отслеживает эффективность лечения

Педагог-психолог: Дуденкова Е.А.

При написании рекомендаций использовалась следующая литература:

- *Дети с СДВГ: причины, диагностика, комплексная помощь. Учебное пособие, под ред. М.М. Безруких, Москва, 2009*
- *Гиперактивный ребенок – это не проблема! Материалы для работы с детьми дошкольного возраста, под ред. И.Ю. Синельникова, Москва, 2019*