**КАК НАДО** вести себя родителям с гиперактивным ребенком

* Узнать причину гипердинамичности ребенка. Проконсультироваться с нужным специалистом: болезнь это или нет. Нередко у гиперактивного ребенка а анамнезе есть родовая травма. Нередко гипердинамичность – это следствие ММД (минимальной мозговой дисфункции).
* Если гиперактивность обусловлена болезнью, необходимо строго выполнять все предписания врача и правильно дозировать лекарственные средства.
* Все то, что может вызвать в доме «любознательность» ребенка, последствием которой будет детский травматизм. Родители должны убрать хотя бы их поля зрения проказника, лишив его возможности соблазна.
* Лекарственные средства, даже выписанные специально для ребенка, не говоря уже о всех других, хранящихся в квартире, должны быть спрятаны в надежном месте и, если можно, заперты на ключ.
* Нужны лекарства Вашему ребенку или нет – главное в общении с ним, в адаптации к дальнейшей жизни. Важнее всего – это мера воспитательных воздействий, система и методика осуществления их Вами.
* Любое разногласие в семье в вопросах воспитания ребенка усиливает отрицательные качества малыша.
* Прежде всего по возможности уменьшить расторможенность и отвлекаемость ребенка.
* Продумать режим дня малыша до мелочей. Стараться следовать режиму. Пусть Ваш ребенок четко знает, когда он должен встать, поесть, пойти гулять, играть с друзьями.
* Друзей у Вашего ребенка должно быть мало: чем больше будет у него товарищей по играм, тем больше он будет возбуждаться с ними. Желательно, чтобы друзья не были гиперактивные ребята.
* Игра для Вашего ребенка – важнее разных медикаментов, вернее, главное лекарственное средство.
* Стараться приобщать ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от бьющей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и научиться планировать свою игру, чтобы планирование важнейших дел потом смогло войти в привычку.
* Вам необходимо постараться неусидчивость ребенка перевести в целенаправленную игровую деятельность малыша со сверстниками и родственниками дома, во дворе.
* Гиперактивного ребенка с ранних лет желательно занять каким-то видом спорта, доступным его возрасту, темпераменту.
* Не путать гиперактивность с темпераментом ребенка, особенно тогда, когда в семье малыш холерик.
* Чтобы выработать у гиперактивного ребенка хоть какую-то усидчивость, необходимо приучать его играть помимо шумных игр в тихие, используя мозаику, лото и домино.
* Обычно эти игры учат также концентрировать внимание, что очень важно малышу, особенно тогда, когда он поступает в школу.
* Гиперактивного ребенка можно отвлечь от «двигательной бури» рисованием и чтением любимых сказок.
* Желательно, чтобы малыш играл только с одной игрушкой. Не надо распылять его внимание на остальные.
* Малыш способен сделать только одно дело, посильное ему.
* Не раздражаться, если Ваш ребенок все делает наоборот. Спокойно повторить ему снова свое задание. Еще раз и еще. Спокойно объяснить, показать. Добиться, чтобы малыш справился с ним сам., пусть не сегодня, завтра… Вам надо только запастись терпением.
* Запомните что все старания гиперактивного ребенка и даже слабые попытки что-то сделать, о чем Вы просили, необходимо сразу поощрять.
* Чтобы создать условия для концентрации внимания гиперактивного ребенка во время его деятельности, необходимо убрать лишнее, что может попасть ему на глаза.
* С таких позиций надо обставлять и комнату ребенка, продумав все до мелочей. Вплоть до окраски потолка и стен.
* Просмотр телевизора необходимо минимально ограничить. Ни в коем случае малыш не должен видеть фильмы ужасов и криминальные истории с насилием.
* Не надо приглашать к себе большое количество гостей. Не надо брать с собой ребенка в шумные компании.
* Учить его сдерживать «бурные эмоции» и постараться не выплескивать свои. Запомните, что ребенок подражает Вам.
* Поглубже прятать свое раздражение и ярость.
* О том, что Вы жалеете его, малыш не должен даже догадываться.
* Пытаться погасить конфликты, в которые замешан Ваш ребенок, уже с момента первой искры.
* Жонглировать довольно осторожно своими «можно» и «нельзя».
* Будьте последовательны и в наказаниях, и в поощрениях ребенка.
* Не забывать то, что наказание словесной, телесной агрессией обычно вызывает идентичную ответную реакцию у малыша. Гораздо эффективнее наказывать ребенка лишением свободы действий и неподвижностью на многие часы.
* Если у Вас имеется хотя бы малейшая возможность, повремените с оформлением ребенка в детский сад.
* Рассматривать гиперактивность своего ребенка как шалость или баловство.

**КАК НЕ НАДО** вести себя родителям с гиперактивным ребенком

* Пренебрегать советами врача.
* Неправильно дозировать лекарства. Давать их малышу, когда не назначают, и не давать, когда они необходимы.
* Все разрешать ребенку, что бы ни хотел он сделать, или совсем не разрешать ничего.
* Не убирать из поля зрения ребенка вещи и предметы, таящие опасность травматизма, и оставлять в доступном месте, на виду у всех, лекарства или вещи, которыми ребенок может отравиться.
* Воспитывать ребенка как придется, как вздумается каждому в семье.
* Не корригировать расстройства концентрации внимания, не реагировать на расторможенность и отвлекаемость ребенка, своими методами воспитания усиливать все эти нежелательные качества.
* Не приучать ребенка к распорядку дня, к планированию и постановки цели его деятельности, не вмешиваться в эту деятельность.
* Не обращать внимание на игры малыша и поощрять его проказы.
* Не подбирать ему друзей.
* Оберегать от спорта.
* Специально перевозбуждать игрушками и телепередачами.
* Не вырабатывать усидчивость.
* Давать задания, которые он не сумеет сделать, и постоянно в связи с этим раздражаться.
* Выплескивать свои эмоции наружу по поводу и без повода, давая волю наказаниям, вплоть до побоев.
* Жонглировать своими «нельзя».
* Чрезмерно поощрять ребенка, когда он раздражает всех. Хвалить за шалости. Приветствовать непослушание.
* Не обращать внимание на ситуацию конфликта, в которой полностью повинен Ваш ребенок. Не принимать какие-либо меры, чтобы погасить конфликт.
* Наказывать и поощрять одновременно.