

Ребенок с гиперактивностью.

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку.

2. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи.



3. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.

4. Говорите сдержанно, спокойно. Не прибегайте к физическому наказанию.

5. Стройте ваши отношения на доверии, а не на страхе. Совместно решайте возникшие трудности. Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка



6. Избегайте повторения слова «нет»,

«нельзя»

7. Давайте ребенку только одно задание на промежуток времени, чтобы он мог его завершить.

короткий



8. Поручите ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно и ни в коем случае не выполняйте их за него.

9. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию

10. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с кубиками, мозаика и др.)

раскрашивание,



11. Водите бальную или знаковую систему вознаграждений (можно каждый поступок отмечать звездочкой, а определенное их количество вознаграждать сладостями, игрушкой и пр.)
12. Избегайте повышенных или пониженных требований. Ставьте перед ним задачи, соответствующие его способностям.

13. Определите вместе с ребенком рамки поведения – что можно и чего нельзя

14. Соблюдение четкого распорядка дня

15. Избегайте большого скопления людей, шумных компаний



16. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером.

17. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно ведет к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

18. Давайте ребенку расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – длительные прогулки, бег, спортивные занятия.

