

Если ребенок гиперактивный, замкнутый

Беседы психолога

Известно, что **гиперактивные** дети отличаются особой психикой: они легковозбудимы, очень подвижны, конфликтны, у них снижено активное внимание.

В отношениях с гиперактивным ребенком родители должны придерживаться «позитивной модели».

- ✚ Хвалите вашего ребенка, отличающегося гиперактивностью, в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте его успех. Это поможет укрепить уверенность малыша в собственных силах.
- ✚ Не отдавайте малышу распоряжения в форме приказаний. Вы можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь», «Пожалуйста, убери обувь от двери». Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.
- ✚ Избегайте употребления слов «нет» и «нельзя».
- ✚ Говорите сдержанно, мягко и спокойно.
- ✚ Дайте ребенку только одно задание — на определенный отрезок времени, чтобы он не был перегружен слишком большим количеством распоряжений.
- ✚ Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).
- ✚ Избегайте по возможности пребывания с ребенком в местах скопления людей. Посещение крупных магазинов, рынков, ресторанов и т.п. возбуждающе действует на ребенка, психика которого и так напряжена.
- ✚ Предоставьте ребенку возможность расходовать избыточную энергию, организуйте для него ежедневную физическую активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.



Родители должны помнить, что **замкнутые** дети скованны в общении со взрослыми, трудно сближаются со сверстниками, имеют проблемы во взаимодействии с окружающим миром.

- ✚ Не принуждайте замкнутого ребенка к общению, но старайтесь привлечь его хотя бы к «вынужденному» общению: попросите его сделать какую-либо покупку, узнать, который час и т.д.
- ✚ Старайтесь не делать за ребенка то, что он может делать сам, и не пытайтесь общаться «за ребенка».
- ✚ Не раздражайтесь на то, что ваш малыш отказывается от общения.
- ✚ Не сравнивайте замкнутого ребенка с другими детьми, лучше сравните его с ним самим (например: «Сегодня у тебя получилось это гораздо лучше, чем вчера»).
- ✚ Поддерживайте любое желание ребенка пообщаться с вами, постарайтесь отложить все свои дела и откликнуться на возникшее стремление ребенка к общению.